



GACETA DEL GOBIERNO



ESTADO DE MÉXICO

Periódico Oficial del Gobierno del Estado Libre y Soberano de México

REGISTRO DGC NUM. 001 1021 CARACTERISTICAS 113282801

Mariano Matamoros Sur No. 308 C.P. 50130

Tomo CXC

A:202/3/001/02

Número de ejemplares impresos: 500

Toluca de Lerdo, Méx., martes 14 de septiembre de 2010

No. 49

SECRETARIA DE EDUCACION

SUMARIO:

ACUERDO POR EL QUE SE REFORMAN Y ADICIONAN DIVERSAS DISPOSICIONES DEL REGLAMENTO DE LA PARTICIPACION SOCIAL EN LA EDUCACION DEL SUBSISTEMA EDUCATIVO FEDERALIZADO, PUBLICADO EN LA GACETA DEL GOBIERNO DEL 3 DE SEPTIEMBRE DE 2007.

REGLAMENTO PARA EL EXPENDIO DE ALIMENTOS Y BEBIDAS EN LOS ESTABLECIMIENTOS DE CONSUMO ESCOLAR DE LOS PLANTELES DE EDUCACION BASICA DEL SUBSISTEMA EDUCATIVO FEDERALIZADO.

"2010. AÑO DEL BICENTENARIO DE LA INDEPENDENCIA DE MEXICO"



1810-2010

SECCION SEPTIMA

PODER EJECUTIVO DEL ESTADO

SECRETARIA DE EDUCACION

EL CONSEJO DIRECTIVO DE SERVICIOS EDUCATIVOS INTEGRADOS AL ESTADO DE MÉXICO, DE CONFORMIDAD CON LO DISPUESTO POR EL ARTÍCULO 12 FRACCIÓN X DE LA LEY GENERAL DE EDUCACIÓN Y POR LOS ARTÍCULOS 3.4 Y 3.7 DEL CÓDIGO ADMINISTRATIVO DEL ESTADO DE MÉXICO; CON FUNDAMENTO EN LOS ARTÍCULOS 10 FRACCIONES VI Y XI DE LA LEY DE SU CREACIÓN, 9 DE SU REGLAMENTO INTERIOR, Y EN ATENCIÓN A LO ESTABLECIDO EN EL ACUERDO NÚMERO 535 POR EL QUE SE EMITEN LOS LINEAMIENTOS GENERALES PARA LA OPERACIÓN DE LOS CONSEJOS ESCOLARES DE PARTICIPACIÓN SOCIAL, EXPEDIDO POR EL C. SECRETARIO DE EDUCACIÓN PÚBLICA DEL GOBIERNO FEDERAL, Y

CONSIDERANDO

Que el Plan de Desarrollo del Estado de México 2005-2011 contempla la integración de un nuevo modelo educativo con la participación social para apoyar las tareas educativas, a través de la promoción de una estrecha vinculación entre la escuela, los padres de familia y la comunidad, en un marco de corresponsabilidad y compromiso sociales.

Que en el Programa de Desarrollo Institución 2006-2011 de Servicios Educativos Integrados al Estado de México, se precisa, como elemento fundamental para el fortalecimiento educativo, la actualización y difusión del marco jurídico y la normatividad que regula las funciones sustantivas y adjetivas de este Organismo.

Que en la tarea educativa la participación social es un imperativo para alcanzar los objetivos de la educación, particularmente en el ámbito de la escuela, con la colaboración de los padres de familia y con el Consejo Escolar de

Participación Social, integrado por autoridades escolares, docentes, padres de familia e incluso representantes de la comunidad.

Que es necesario canalizar la voluntad de los padres de familia en los programas y acciones encaminados al fortalecimiento de la educación, provenientes de los tres órdenes de gobierno. Asimismo, que éstos conozcan y participen de manera más directa en los resultados de las evaluaciones realizadas por las autoridades educativas, a fin de que se lleven a cabo las acciones idóneas para mejorar el logro educativo.

Que las actuales condiciones sociales y económicas demandan de los consejos escolares de participación social una colaboración decidida, con los demás integrantes de la comunidad educativa, para desarrollar acciones que tengan como objeto el mejoramiento de la infraestructura escolar, la protección y seguridad en las escuelas, el impulso a la activación física, el consumo de alimentos saludables y el cuidado al medio ambiente.

Que con fecha 8 de junio del año en curso, la Secretaría de Educación Pública publicó el Acuerdo número 535 por el que se emiten los Lineamientos Generales para la Operación de los Consejos Escolares de Participación Social, complementarios del Acuerdo Secretarial número 280 por el que se establecen los Lineamientos Generales para la Constitución y Funcionamiento de los Consejos de Participación en la Educación, disposiciones que obligan a las autoridades estatales a actualizar las normas locales en materia de participación social en la educación.

En mérito de lo anterior, se expide el siguiente:

ACUERDO POR EL QUE SE REFORMAN Y ADICIONAN DIVERSAS DISPOSICIONES DEL REGLAMENTO DE LA PARTICIPACIÓN SOCIAL EN LA EDUCACIÓN DEL SUBSISTEMA EDUCATIVO FEDERALIZADO, PUBLICADO EN LA GACETA DEL GOBIERNO DEL 3 DE SEPTIEMBRE DE 2007

ÚNICO.- Se reforman los artículos 25 fracción V y la actual V pasa a ser la VI, 29, 51 fracción IV inciso b), 52 y 54 fracciones II, VI, X, XII y XIII; se adicionan la fracción X al artículo 8, las fracciones XIV, XV, XVI, XVII y XVIII al artículo 54 y la Sección Quinta del Capítulo Segundo, para quedar como sigue:

Artículo 8.- ...

I a IX ...

X.- Elegir en asamblea general de la asociación de padres de familia, a los representantes de esta asociación, para integrar el Consejo Escolar y los comités a que se refiere la fracción IV del artículo 70 del presente Reglamento.

Artículo 25.- ...

I a IV...

V. Informar al Comité del Establecimiento de Consumo Escolar, las irregularidades que se cometan en cuanto a la calidad, valor nutricional e higiene de los alimentos y bebidas que se expendan en dicho establecimiento, así como sobre los demás productos y servicios que ofrezca.

VI...

Artículo 29.- La autoridad educativa escolar y la mesa directiva saliente, cuando ésta exista, convocarán dentro de los primeros quince días hábiles siguientes al inicio de cada ciclo escolar, a los padres de familia para que, reunidos en asamblea general constituida cuando menos por el cincuenta por ciento más uno de sus integrantes, elijan a la mesa directiva y a los representantes de los padres de familia que integrarán el Consejo Escolar y los comités a que se refiere la fracción IV del artículo 70 de este Reglamento.

Artículo 51.- ...

I a III.

IV. ...

b) Tres padres de familia electos en asamblea general de la asociación respectiva;

Artículo 52.- El consejo escolar deberá constituirse durante la tercera semana del mes de septiembre de cada ciclo escolar, y sus integrantes podrán desempeñar sus funciones por dos ciclos escolares, con excepción del director escolar. El director de la escuela será el responsable de integrar e instalar el consejo, levantando el acta respectiva.

El cargo de consejero escolar será honorífico. En caso de que algún integrante se separe de su cargo antes de que concluya el periodo, será sustituido en los mismos términos en que fue designado.

Artículo 54.- ...

I. ...

II. Tomar nota de los resultados de las evaluaciones realizadas por las autoridades educativas y, en su caso, coadyuvar con el personal directivo y docente para establecer metas y acciones complementarias que permitan obtener mejores resultados en la evaluación del ciclo escolar en curso;

III a V. ...

VI. Propiciar, coordinar y difundir las acciones necesarias para la protección civil, emergencia escolar y seguridad en la escuela;

VII a IX. ...

X.- Coadyuvar en los trabajos específicos de mejoramiento de la infraestructura física educativa;

XI. ...

XII.- Dar a conocer a la comunidad educativa el monto de los recursos que, en su caso, sean otorgados a la escuela a través de programas federales, estatales o municipales y de aquellos que se obtengan de otras fuentes;

XIII.- Invitar a la asociación de padres de familia para que informe a la comunidad educativa el monto y destino de los recursos que hubiera obtenido;

XIV.- Promover en la escuela los programas de lectura, el uso y mejora de la biblioteca escolar y crear círculos de lectura;

XV.- Impulsar la activación física y promover el consumo de alimentos saludables;

XVI.- Generar la cultura de la no violencia y el cuidado al medio ambiente;

XVII.- Promover eventos deportivos y actividades recreativas, artísticas o culturales; y

XVIII.- Las demás que establezcan otras disposiciones legales.

SECCIÓN QUINTA DE LAS SESIONES DE LOS CONSEJOS ESCOLARES

Artículo 70.- Los consejos escolares sesionarán, al menos, una vez al mes para tratar los asuntos de su competencia. En los periodos que a continuación se indican, realizarán las actividades siguientes:

A. En la primera semana de octubre:

I. Convocar a la comunidad educativa para conocer las gestiones que haya realizado la escuela para la incorporación a programas federales, estatales o municipales;

II. Solicitar al personal directivo y docentes la relación de trabajos específicos que se requieran para el mejoramiento de las instalaciones escolares;

III. Promover el conocimiento del monto y destino de los recursos provenientes de cualquier fuente distinta a los programas federales, estatales o municipales y sean recabados por el Consejo Escolar; y

IV. Acordar la integración de los comités en temas que tengan por objeto incorporar a la escuela en los programas de:

- a) Lectura y biblioteca escolar;
- b) Mejoramiento de la infraestructura física educativa;
- c) Protección civil y seguridad de la escuela;
- d) Impulso a la activación física;
- e) Actividades recreativas, artísticas o culturales;
- f) Cultura de la no violencia;
- g) Establecimiento de consumo escolar;
- h) Cuidado al medio ambiente y limpieza del entorno escolar; y
- i) Los demás que el Consejo Escolar estime conveniente.

Los comités a que se refiere este artículo se integrarán hasta con cinco miembros, entre los cuales podrán ser docentes y administrativos de la escuela, siempre y cuando la mitad más uno de los miembros sean padres de familia o tutores. Los integrantes de los comités elegirán a su presidente, con excepción del comité del establecimiento de consumo escolar que podrá ser presidido por el director o responsable del plantel educativo, el cual contará con siete miembros.

En las escuelas unitarias o de organización incompleta, se integrarán únicamente los comités que el director considere necesarios para el desarrollo educativo.

Los comités sesionarán con la frecuencia que ellos mismos determinen.

B. En la segunda semana de noviembre:

- I. Invitar a directivos, docentes y personal de apoyo de la escuela para tomar nota de los resultados de las evaluaciones realizadas por las autoridades educativas y, en su caso, coadyuvar con el personal directivo y docente para que establezca metas y acciones complementarias que permitan obtener mejores resultados en la evaluación de ciclo escolar en curso.

C. En la cuarta semana de noviembre:

- I. Informar a la comunidad educativa las gestiones que haya realizado la escuela para su incorporación a programas federales, estatales o municipales, la integración de los comités y la toma de nota de los resultados de las evaluaciones;
- II. Promover acciones complementarias para lograr las metas comprometidas; y
- III. Presentar los proyectos anuales de trabajo del consejo y de los comités.

D. En la tercera semana de febrero:

- I. Conocer el monto y destino de los recursos asignados a la escuela a través de programas federales, estatales o municipales; y
- II. Promover la realización de actividades deportivas, recreativas, artísticas y culturales que fomenten la convivencia de la comunidad educativa.

E. En la primera semana de junio:

- I. Cuantificar el monto y destino de los recursos obtenidos durante su gestión y elaborar el informe de transparencia;
- II. Invitar a la asociación de padres de familia para que informe a la comunidad educativa el monto y destino de los recursos que hubiera obtenido; y
- III. Elaborar el informe de las acciones desarrolladas por el consejo escolar y los comités durante el ciclo escolar.

F. En la tercera semana de junio:

- I. Convocar a la comunidad educativa para presentar los informes correspondientes a la obtención de recursos y acciones realizadas.

Los informes serán públicos, se realizarán en la escuela y se pondrán a disposición de las autoridades educativas, estatales o municipales, procurando, en la medida de lo posible, inscribirlos en el Registro Público de los Consejos Escolares de Participación Social en la Educación.

Artículo 71.- Los consejos escolares podrán sesionar en forma extraordinaria, cuando así lo determinen.

ARTÍCULOS TRANSITORIOS

PRIMERO.- Publíquese el presente Acuerdo en el Periódico Oficial *Gaceta del Gobierno*.

SEGUNDO.- Este Acuerdo entrará en vigor al día siguiente de su publicación en el Periódico Oficial *Gaceta del Gobierno*.

TERCERO.- Se derogan las disposiciones de igual o menor jerarquía que se opongan al presente Acuerdo.

Aprobado por el H. Consejo Directivo de Servicios Educativos Integrados al Estado de México, en su Tercera Sesión Extraordinaria de dos mil diez, celebrada en Santa Cruz Azcapotzaltongo, municipio de Toluca, Estado de México, el día dieciocho de agosto del mismo año.

LIC. ROGELIO TINOCO GARCÍA
DIRECTOR GENERAL DE SEIEM
Y SECRETARIO DEL CONSEJO DIRECTIVO
(RÚBRICA)

EL CONSEJO DIRECTIVO DE SERVICIOS EDUCATIVOS INTEGRADOS AL ESTADO DE MÉXICO, CON FUNDAMENTO EN LOS ARTÍCULOS 10 FRACCIÓN VI DE LA LEY QUE CREA EL ORGANISMO PÚBLICO DESCENTRALIZADO DENOMINADO SERVICIOS EDUCATIVOS INTEGRADOS AL ESTADO DE MÉXICO Y 9 DE SU REGLAMENTO INTERIOR, Y

CONSIDERANDO

Que el Plan de Desarrollo del Estado de México 2005-2011, establece la integración de un nuevo modelo educativo con la participación social en apoyo a las tareas educativas, mediante la promoción de una estrecha vinculación entre la escuela, los padres de familia y la comunidad en un marco de corresponsabilidad y compromiso social.

Que la participación social en la tarea educativa es determinante para el logro de los objetivos de la educación, por el gran potencial que se halla en las organizaciones de padres de familia, así como en los particulares que desean colaborar en la función educativa del Estado.

Que una de las opciones de participación de los particulares para colaborar en la tarea educativa pública, es la operación y atención de los establecimientos de consumo escolar, de cuya actividad pueden derivar beneficios recíprocos para quienes desean emprender esa actividad y para los planteles educativos.

Que la operación y funcionamiento de los establecimientos de consumo escolar requieren de la correspondiente regulación, en un marco de transparencia y rendición de cuentas, a fin de que su propósito eminentemente social no se desvirtúe y sean las propias asociaciones de padres de familia, a través de órganos integrados por sus miembros y por docentes, quienes vigilen y supervisen el funcionamiento de esos establecimientos.

Que a fin de garantizar en los planteles educativos, la comercialización de alimentos de calidad, con higiene y valor nutritivo, y se ofrezcan además productos y servicios a precios competitivos y con ello se asegure también la protección de la economía familiar, así como una opción de ingresos para los centros educativos de carácter oficial que les permita resolver necesidades prioritarias de materiales didácticos y mantenimiento de sus edificios.

Que con fecha 8 de junio del año en curso, la Secretaría de Educación Pública publicó el Acuerdo número 535 por el que se emiten los Lineamientos Generales para la Operación de los Consejos Escolares de Participación Social, mismos que establecen que dichos consejos, integren, entre otros, el Comité para el Establecimiento de Consumo Escolar.

Que el 23 de agosto de 2010, fue publicado en el *Diario Oficial* de la Federación el Acuerdo mediante el cual se establecen los *Lineamientos generales para el expendio o distribución de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica y su Anexo único*, emitidos por las secretarías de Educación Pública y de Salud.

Que la Ley que crea el Organismo Público Descentralizado denominado Servicios Educativos Integrados al Estado de México, faculta a su Consejo Directivo para expedir reglamentos, estatutos, acuerdos y demás disposiciones de su competencia, para el cumplimiento de su objeto.

En mérito de lo expuesto, ha tenido a bien expedir el Acuerdo con el que se aprueba el

REGLAMENTO PARA EL EXPENDIO DE ALIMENTOS Y BEBIDAS EN LOS ESTABLECIMIENTOS DE CONSUMO ESCOLAR DE LOS PLANTELES DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL SUBSISTEMA EDUCATIVO FEDERALIZADO

**CAPÍTULO PRIMERO
DISPOSICIONES GENERALES**

Artículo 1.- Las disposiciones contenidas en el presente Reglamento son de carácter obligatorio; tienen por objeto regular el expendio de alimentos, bebidas, productos y servicios, así como la organización y el funcionamiento de los establecimientos de consumo escolar en los planteles oficiales e incorporados de educación básica, dependientes de Servicios Educativos Integrados al Estado de México.

Para el caso de las escuelas particulares incorporadas al Subsistema Educativo Federalizado, únicamente les obligarán las disposiciones relativas a la calidad de los alimentos, bebidas y productos a que se refieren los artículos 4, 7 fracción IV, 9 fracciones I, II, V y VI, 10, 11, 12 y 22 del Reglamento. El supervisor escolar correspondiente, informará a la autoridad educativa de las irregularidades que se adviertan en el funcionamiento del establecimiento de consumo escolar, a efecto de que se tomen las medidas pertinentes.

Artículo 2.- Para efectos del presente Reglamento se entenderá por:

- I. Anexo 1: El Anexo Único del Acuerdo mediante el cual se establecen los lineamientos generales para el expendio o distribución de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica, emitido por los secretarios de Educación Pública y de Salud del Gobierno Federal;
- II. Anexo 2: El Acuerdo por el que se establece el Listado básico de alimentos y bebidas recomendables para su consumo en los planteles de educación básica, emitido por la Secretaría de Salud del Gobierno del Estado de México;
- III. Autoridad educativa: el Director General, el Coordinador Académico y de Operación Educativa, el Jefe de la Unidad de Asuntos Jurídicos, el Director de Educación Secundaria y Servicios de Apoyo, y el Director de Educación Elemental, así como sus respectivos subdirectores, jefes de departamento, jefes de sector y supervisores escolares de estos dos últimos, cada uno en el ámbito de su respectiva competencia;
- IV. Comité: el Comité del Establecimiento de Consumo Escolar;
- V. Comunidad escolar: el grupo de personas integrado por directivos escolares, docentes, personal de servicios de asistencia educativa y apoyo, alumnos, padres de familia y demás agentes que intervienen en el proceso de enseñanza y aprendizaje en el plantel educativo;
- VI. Establecimiento de consumo escolar: el espacio físico en el interior del plantel educativo en el que se realiza la comercialización de productos alimenticios, bebidas, artículos y servicios necesarios para la realización de las actividades de la comunidad escolar;
- VII. Plantel educativo: el inmueble oficial en donde se imparte educación básica, perteneciente a SEIEM; en el caso de las escuelas incorporadas, el inmueble autorizado para impartir educación;
- VIII. Reglamento: el Reglamento para el Expendio de Alimentos y Bebidas en los Establecimientos de Consumo Escolar de los Planteles de Educación Básica del Subsistema Educativo Federalizado; y
- IX. SEIEM: el organismo público descentralizado de carácter estatal denominado Servicios Educativos Integrados al Estado de México.

Artículo 3.- La ubicación del establecimiento de consumo escolar será en el interior del plantel educativo, en el espacio físico que determine el director escolar o responsable de la escuela, procurando que el lugar sea seguro e higiénico y que no interfiera en la prestación del servicio educativo. En ningún caso podrán expendirse alimentos, bebidas y productos fuera del establecimiento de consumo escolar.

Artículo 4.- Las autoridades escolares deberán fomentar el consumo de alimentos saludables que propicie en los educandos y demás miembros de la comunidad escolar, una alimentación correcta, así como el desarrollo de un entorno saludable.

Artículo 5.- El registro, fomento, supervisión y control de los establecimientos de consumo escolar estarán a cargo de la Coordinación Académica y de Operación Educativa, a través de las direcciones de Educación Elemental y de Educación Secundaria y Servicios de Apoyo de SEIEM.

Artículo 6.- Estarán sujetos al presente Reglamento, las autoridades educativas, los padres de familia y docentes integrantes del Comité, el personal de servicios de asistencia educativa y apoyo, los alumnos, y los particulares que hayan asumido legalmente la responsabilidad del funcionamiento de los establecimientos de consumo escolar.

CAPÍTULO SEGUNDO

DE LA AUTORIDAD EDUCATIVA

Artículo 7.- Corresponde a las autoridades educativas, en el ámbito de su competencia, las siguientes funciones:

- I. Fomentar en las escuelas de educación básica una cultura de hábitos alimentarios saludables;
- II. Involucrar responsablemente a las familias, docentes y directivos de las escuelas de educación básica en la realización de programas y acciones que favorezcan regímenes de alimentación correcta;
- III. Promover la activación física de las niñas, niños y adolescentes, a través de la realización de acciones tales como la práctica diaria de rutinas de ejercicios físicos durante la jornada escolar;
- IV. Implementar programas de orientación alimentaria en las escuelas de educación básica, dirigidas a los alumnos, padres de familia y docentes; y

V. Vigilar el cumplimiento del presente Reglamento.

Artículo 8.- Los padres de familia colaborarán, de manera activa, con las autoridades escolares y los docentes en la ejecución de los programas y acciones que se realicen para el cumplimiento de este Reglamento.

CAPÍTULO TERCERO DEL OBJETO DE LOS ESTABLECIMIENTOS DE CONSUMO ESCOLAR

Artículo 9.- Los establecimientos de consumo escolar tendrán como objeto:

- I. Vender a la comunidad escolar de los planteles educativos, productos alimenticios y bebidas de calidad, higiénicos y con valor nutritivo, recomendados por las autoridades de salud, contenidos en los anexos 1 y 2, así como materiales y servicios que requiera la propia comunidad, a precios accesibles, en horarios de actividad oficial;
- II. Proteger la salud y la economía de la comunidad escolar;
- III. Contribuir con los recursos económicos que se generen, para cubrir las necesidades prioritarias de los planteles educativos;
- IV. Evitar prácticas o conductas de intermediación de terceros, que propicien el encarecimiento o concentración de productos o servicios;
- V. Propiciar en los educandos la formación de hábitos que preserven la salud, así como la selección y la adquisición de productos que sean competitivos en calidad y precio; y
- VI. Las demás que sean consecuentes para el cumplimiento de su objeto.

CAPÍTULO CUARTO DE LOS ALIMENTOS Y BEBIDAS RECOMENDABLES PARA SU EXPENDIO

Artículo 10.- Los alimentos y bebidas que podrán expender los establecimientos de consumo escolar serán los recomendados por las autoridades de salud, contenidos en los anexos 1 y 2.

La lista de alimentos y bebidas contenidos en los anexos 1 y 2 del presente Reglamento, podrá ampliarse con aquellos que vayan incorporándose a la actualización permanente de la página de internet www.insp.mx/alimentosescolares/alimentos_permitidos.php, autorizada por las secretarías de Salud y de Educación Pública del Gobierno Federal.

A fin de mejorar la preparación de alimentos y bebidas, tanto en los planteles educativos, como los elaborados por los padres de familia, podrán consultarse los manuales que para tal efecto expidan las autoridades de salud federal o estatal.

El supervisor de la zona escolar será el responsable, dentro de su circunscripción, de asegurar que se proporcione la información necesaria para el debido cumplimiento del presente Reglamento.

CAPÍTULO QUINTO DE LAS CONDICIONES HIGIÉNICAS DE LOS LUGARES DE PREPARACIÓN DE ALIMENTOS

Artículo 11.- Los espacios que se utilicen en la preparación de alimentos y bebidas, deberán satisfacer las siguientes condiciones higiénicas:

- I. Estar alejadas de fuentes de contaminación como: basura, canales de aguas negras y drenajes abiertos;
- II. Contar, en lo posible, con piso de cemento o asfalto;
- III. Tener un área limpia, alejada de los alimentos para colocar objetos personales y artículos de limpieza, detergentes, desinfectantes y plaguicidas;
- IV. Mantener limpias y desinfectadas las áreas y el mobiliario, así como pisos, paredes y techos;
- V. Los equipos para la preparación de alimentos y bebidas deberán instalarse despegados de las paredes para facilitar la limpieza;

- VI. Garantizar la potabilidad del agua que estará en contacto con los alimentos y superficies que los contengan;
- VII. Colocar en recipientes limpios e identificados con tapa, los desechos derivados de la preparación de alimentos y bebidas, y sustituirlos frecuentemente;
- VIII. Reemplazar los trapos de cocina y esponjas que se utilicen en la limpieza, así como usar toallas de papel para secar las manos después de manejar alimentos crudos;
- IX. Separar focos y lámparas de las áreas de manejo de alimentos;
- X. Limpiar y desinfectar los equipos y utensilios que serán de material inocuo, preferentemente acero inoxidable;
- XI. Disponer de recipientes con agua y jabón o dispensadores de gel desinfectante, para el uso de los educandos; y
- XII. Las demás que determinen las autoridades de salud.

CAPÍTULO SEXTO

DE LA LIMPIEZA EN LA PREPARACIÓN DE ALIMENTOS Y BEBIDAS

Artículo 12.- Las personas encargadas de preparar alimentos y bebidas para su expendio en los establecimientos de consumo escolar deberán observar las siguientes medidas de higiene:

- I. Lavar y desinfectar las verduras, frutas y utensilios de cocina;
- II. Lavarse las manos con agua y jabón antes de preparar y manejar alimentos;
- III. Utilizar cuchillos diferentes para alimentos crudos y cocidos;
- IV. Usar trapos de colores, uno para cada actividad;
- V. Usar cubre bocas y red o cofia para el cabello;
- VI. No tocarse la nariz, toser o escupir durante su preparación;
- VII. No preparar alimentos o bebidas cuando se está enfermo;
- VIII. Lavar todos los utensilios antes y después de preparar los alimentos;
- IX. Cocer muy bien los alimentos, mantenerlos tapados y en refrigeración;
- X. Evitar la presencia de animales domésticos y mascotas en áreas en que se almacenan, preparan o expenden alimentos;
- XI. Prevenir e impedir la existencia de fauna nociva; y
- XII. Las demás que determinen las autoridades de salud.

CAPÍTULO SÉPTIMO

DE LA INTEGRACIÓN Y ATRIBUCIONES DEL COMITÉ

Artículo 13.- En cada una de las escuelas de educación básica habrá un Comité, que será el órgano encargado de vigilar el funcionamiento del establecimiento de consumo escolar y de la administración de los recursos provenientes de éste.

El Comité será integrado por el Consejo Escolar de Participación Social dentro de la primera semana del mes de octubre del ciclo escolar correspondiente y estará conformado por:

- I. Un Presidente, que podrá ser el director escolar o un maestro, según lo acuerde el personal docente del centro educativo;
- II. Un Secretario, que será un padre de familia, designado por la asamblea general de la respectiva asociación;
- III. Un Tesorero, que será un maestro, designado por el personal docente del centro educativo; y
- IV. Un Contralor y tres vocales que serán padres de familia, designados por la asamblea general de la asociación respectiva.

Los integrantes del Comité tendrán voz y voto, excepto el Secretario, quien sólo tendrá voz. El Presidente tendrá el voto de calidad en caso de empate.

La sustitución de los integrantes del Comité será conforme al procedimiento por el cual fueron designados.

Artículo 14.- El desempeño de las funciones de los integrantes del Comité será honorífico, sus integrantes no percibirán remuneración alguna por sus servicios, compensación u obsequio, y durarán en su encargo un ciclo lectivo.

Artículo 15.- El Comité tendrá las atribuciones siguientes:

- I. Convocar a los interesados en la prestación de los servicios del establecimiento de consumo escolar;
- II. Recibir la documentación de los interesados para la prestación de los servicios del establecimiento de consumo escolar;
- III. Seleccionar al prestador del servicio del establecimiento de consumo escolar por su reconocida seriedad y calidad;
- IV. Atender las quejas o denuncias sobre irregularidades que se presenten dentro o fuera del plantel educativo, con motivo del expendio de alimentos y bebidas;
- V. Fijar el monto y la periodicidad con que lo deba cubrir el particular al Comité, como contraprestación del servicio, tomando en cuenta la zona económica, el nivel educativo y la población escolar;
- VI. Aplicar con transparencia los rendimientos económicos que se generen por el funcionamiento del establecimiento de consumo escolar, así como el cumplimiento de las responsabilidades derivadas de la suscripción del contrato;
- VII. Vigilar y verificar, que los alimentos y bebidas que expendan el establecimiento de consumo escolar, sean los recomendados por las autoridades de salud, contenidos en los anexos 1 y 2;
- VIII. Promover el consumo de agua simple potable;
- IX. Dar seguimiento a la operación del establecimiento de consumo escolar y cuidar la preparación, manejo, consumo y venta de alimentos y bebidas, así como de los productos y servicios;
- X. Vigilar que se observen las medidas de higiene aplicables para el manejo, la preparación, la venta y el consumo de alimentos y bebidas, así como la fecha de caducidad;
- XI. Conocer y autorizar la lista de precios de los alimentos, bebidas, productos y servicios ofertados en el establecimiento de consumo escolar y revisarlos permanentemente;
- XII. Verificar permanentemente el buen funcionamiento del establecimiento de consumo escolar;
- XIII. Solicitar el apoyo de las autoridades municipales para evitar la venta de alimentos y bebidas que contravengan las disposiciones de las autoridades de salud, que se expendan en comercios informales en las áreas periféricas de los centros escolares;
- XIV. Orientar a los padres de familia sobre las características nutrimentales de alimentos y bebidas;
- XV. Elaborar el plan de actividades y la propuesta de aplicación de recursos el cual podrá ser modificado por necesidades de la escuela y presentarlo al Consejo Escolar de Participación Social;
- XVI. Coordinar sus actividades con la mesa directiva de la asociación de padres de familia para atender y resolver las necesidades prioritarias de la institución educativa;
- XVII. Rendir a las direcciones de Educación Elemental y de Educación Secundaria y Servicios de Apoyo, según corresponda, un informe durante los meses de enero y junio, sobre el ingreso, manejo y destino de los recursos derivados de la prestación del servicio del establecimiento de consumo escolar; y
- XVIII. Las demás que sean necesarias para el desempeño de sus funciones.

CAPÍTULO OCTAVO DE LAS FUNCIONES DE LOS MIEMBROS DEL COMITÉ

Artículo 16.- Son funciones del Presidente del Comité:

- I. Representar al Comité;

- II. Abrir una cuenta bancaria mancomunada con el Tesorero, para el manejo de los recursos obtenidos, cuando el monto mensual de ingresos sea mayor de un mil pesos y funcione alguna institución bancaria próxima a la ubicación del plantel;
- III. Firmar con el Tesorero el recibo por el monto económico, aportado por el particular responsable del establecimiento de consumo escolar;
- IV. Convocar a los integrantes del Comité a sesiones ordinarias o extraordinarias y presidirlas;
- V. Acordar con el Secretario los asuntos a tratar en las sesiones del Comité;
- VI. Suscribir el contrato con el prestador de servicios del establecimiento de consumo escolar con la autorización del Comité;
- VII. Vigilar que el prestador del servicio coloque en lugares visibles del establecimiento de consumo escolar carteles con la información nutricional de los alimentos y bebidas que se expendan;
- VIII. Informar al Consejo Escolar de Participación Social sobre la administración de los recursos derivados de la contraprestación del servicio del establecimiento de consumo escolar, durante la tercera semana de enero y la primera semana de junio;
- IX. Entregar al Consejo Escolar de Participación Social, al término de la gestión del Comité, un informe general de las actividades realizadas; y
- X. Las demás que sean necesarias para el desempeño de su cargo.

Artículo 17.- Son funciones del Secretario del Comité:

- I. Elaborar y firmar, conjuntamente, con el Presidente, las convocatorias y actas de las sesiones del Comité;
- II. Elaborar el orden del día de cada sesión del Comité;
- III. Dar seguimiento y cumplimiento a los acuerdos del Comité;
- IV. Integrar los expedientes de los asuntos que deberán ser tratados en cada sesión;
- V. Auxiliar al Presidente en el desempeño de sus funciones; y
- VI. Las demás que sean necesarias para el desempeño de su cargo.

Artículo 18.- Son funciones del Tesorero del Comité:

- I. Recibir, con la periodicidad acordada, la cantidad por concepto de la contraprestación del servicio del establecimiento de consumo escolar y hacer el depósito correspondiente en la cuenta bancaria, en su caso;
- II. Rendir al Comité los informes financieros del periodo que corresponda;
- III. Llevar el registro de ingresos y egresos en el libro que para tal efecto establezca el Comité;
- IV. Manejar la cuenta bancaria mancomunadamente con el Presidente;
- V. Recabar los comprobantes que acrediten la aplicación de los recursos;
- VI. Entregar al nuevo Comité la documentación relacionada con los cortes de caja, la información financiera y el efectivo existente; y
- VII. Las demás que sean necesarias para el desempeño de su cargo.

Artículo 19.- Son funciones del Contralor:

- I. Verificar que los acuerdos del Comité se cumplan oportunamente;
- II. Revisar los ingresos y la correcta aplicación de los recursos provenientes de la contraprestación del servicio del establecimiento de consumo escolar;
- III. Informar, en su caso, al Comité, de las irregularidades en el manejo de los recursos; y

IV. Las demás que sean necesarias para el desempeño de su cargo.

Artículo 20.- Son funciones de los vocales:

- I. Asistir a las sesiones del Comité;
- II. Participar en las decisiones del Comité; y
- III. Las demás que sean necesarias para el desempeño de su cargo.

Artículo 21.- El Comité deberá sesionar en forma ordinaria al menos una vez cada dos meses, a efecto de revisar la organización y funcionamiento del establecimiento de consumo escolar y la aplicación de los recursos que se hayan obtenido y, en forma extraordinaria, cuando se requiera.

Los acuerdos del Comité serán tomados por mayoría de votos.

CAPÍTULO NOVENO DE LOS PRESTADORES DE SERVICIOS DE LOS ESTABLECIMIENTOS DE CONSUMO ESCOLAR

Artículo 22.- Los prestadores del servicio de los establecimientos de consumo escolar deberán:

- I. Conocer y cumplir con las disposiciones de este Reglamento y las demás aplicables en la materia;
- II. Ofrecer sus productos con calidad e higiene;
- III. Evitar prácticas o conductas de intermediación que encarezcan los productos; y
- IV. Recibir orientación y asesoría acerca de cómo ofrecer alimentos y bebidas recomendables y el tipo de medidas higiénicas que es necesario observar para su elaboración y distribución.

CAPÍTULO DÉCIMO DE LA CONVOCATORIA

Artículo 23.- El Comité, por conducto del Presidente, dentro de los primeros cinco días hábiles a partir de su integración, publicará la convocatoria para la prestación del servicio del establecimiento de consumo escolar.

Artículo 24.- La convocatoria deberá contener, al menos, los datos relativos a:

- I. Nombre, ubicación, turno y clave del centro educativo;
- II. Número de alumnos inscritos en el centro escolar de que se trate;
- III. La lista de alimentos y bebidas recomendados por las autoridades de salud, contenidos en los anexos I y 2, así como los demás productos y servicios para su expendio en el establecimiento de consumo escolar;
- IV. Espacio y dimensiones destinados al establecimiento de consumo escolar;
- V. El monto de la contraprestación del servicio que deberá entregarse al Comité;
- VI. Depósito equivalente a un mes de la contraprestación fijada por el Comité; y
- VII. La fecha, el lugar y el plazo de entrega de las solicitudes y del resultado, que en todo caso será en las oficinas del director de la escuela que corresponda.

Las solicitudes deberán presentarse en sobre cerrado y expresarán, al menos, experiencia, personal y equipo con el que se cuenta para la prestación del servicio y la lista de precios de los alimentos, bebidas y productos ofertados.

Artículo 25.- En los centros escolares en los que después de haberse publicado la convocatoria, no hubiere interesado para operar el establecimiento de consumo escolar, el Comité determinará la persona a quien se le permita realizar la venta de productos.

El Comité tomará las medidas necesarias para asegurar la prestación del servicio del establecimiento de consumo escolar.

Artículo 26.- No podrán participar para prestar el servicio del establecimiento de consumo escolar, los integrantes del Consejo Escolar de Participación Social, de la mesa directiva de la asociación de padres de familia y del Comité, ni quienes formen parte de la estructura educativa y administrativa de SEIEM.

**CAPÍTULO DÉCIMO PRIMERO
DEL CONTRATO**

Artículo 27.- El Comité analizará las propuestas y determinará en el término de tres días hábiles, contados a partir de la fecha en que concluya la entrega de solicitudes, la designación del particular que se hará cargo del establecimiento de consumo escolar y procederá a celebrar el contrato respectivo.

Artículo 28.- El contrato que se celebre con el particular para la atención del establecimiento de consumo escolar, será por un plazo de doce meses, contados a partir del primer día en que se preste el servicio, al término del cual se llevará a cabo un nuevo proceso, pudiendo participar en las mismas condiciones todos los interesados.

Artículo 29.- El Comité cuidará que la selección del particular, sea aquel que ofrezca las mejores condiciones de seguridad, higiene, calidad y competitividad de los productos.

Artículo 30.- La celebración del contrato por la prestación del servicio del establecimiento de consumo escolar, no creará derechos reales a favor del particular, sobre el espacio físico destinado para tal efecto.

Artículo 31.- El particular que haya sido seleccionado recibirá por inventario los bienes muebles, así como el espacio físico disponible para tal fin, comprometiéndose a cuidarlos, conservarlos y reponerlos en caso de pérdida o daño. Al momento de concluir el contrato deberá devolverlos en el estado recibido; las adecuaciones e instalaciones que realice quedarán en beneficio del plantel escolar, sin que tenga derecho a ser resarcido por las erogaciones realizadas por este concepto.

Artículo 32.- El contrato de prestación del servicio del establecimiento de consumo escolar, deberá contener como mínimo lo siguiente:

- I. El señalamiento expreso, que los alimentos y bebidas que se expendan sean vigentes, nutritivos e higiénicos;
- II. Los alimentos y bebidas recomendados por las autoridades de salud, contenidos en los anexos 1 y 2, así como los productos y servicios que podrá ofrecer el particular;
- III. El compromiso del particular de cumplir con las disposiciones dictadas por las autoridades en materia de salud, educación y protección civil;
- IV. La prohibición de vender bebidas alcohólicas, energizantes, cigarros o cualquier otro producto señalado como nocivo por las leyes y autoridades en materia de salud;
- V. La duración del plazo que comprenda la prestación de servicios del establecimiento de consumo escolar;
- VI. La obligación de que el personal que prepare y sirva alimentos, utilice cubre bocas, guantes, bata, delantal y cofia, y contar con una persona para el cobro de dinero, o en su caso, observar las medidas de higiene necesarias;
- VII. La obligación de prestar el servicio en forma regular durante la vigencia del contrato;
- VIII. El compromiso del prestador del servicio de colocar en lugares visibles del establecimiento de consumo escolar, carteles, con la información nutricional de los alimentos y bebidas que se expendan;
- IX. El monto de la contraprestación del servicio, que deberá entregarse al Tesorero del Comité, en el término pactado;
- X. La cantidad a entregar por el particular, por concepto de depósito para asumir la titularidad de la prestación del servicio;
- XI. La obligación de pagar, en su caso, los servicios telefónicos y de energía eléctrica que correspondan al establecimiento de consumo escolar;
- XII. El horario para el funcionamiento del establecimiento de consumo escolar;
- XIII. La previsión de que el incumplimiento de las disposiciones contenidas en el presente Reglamento será causa de rescisión del contrato, así como las cláusulas que determinen las causas de su terminación anticipada; y
- XIV. Lo demás que estime necesario el Comité.

Artículo 33.- En ningún caso, el particular responsable del establecimiento de consumo escolar estará obligado a entregar bienes, servicios o cantidades mayores ordinarias o extraordinarias, diferentes a las estipuladas en el contrato.

CAPÍTULO DÉCIMO SEGUNDO
DE LA ADMINISTRACIÓN DE LOS INGRESOS OBTENIDOS POR EL SERVICIO DEL
ESTABLECIMIENTO DE CONSUMO ESCOLAR

Artículo 34.- Los ingresos provenientes de la contraprestación del servicio del establecimiento de consumo escolar, estarán integrados por la cantidad pagada por el prestador del servicio y, en su caso, por los rendimientos financieros que ésta produzca.

Artículo 35.- Los ingresos provenientes de la contraprestación del servicio del establecimiento de consumo escolar serán destinados preferentemente a lo siguiente:

- I. Adquisición de material didáctico o de oficina;
- II. Servicios de conserjería, limpieza, jardinería y materiales de aseo;
- III. Compra de material de computación;
- IV. Compra y mantenimiento de mobiliario y equipo de oficina;
- V. Construcción y mantenimiento de instalaciones escolares; y
- VI. Gastos de logística para ceremonias, actos y reuniones oficiales.

Artículo 36.- Queda prohibido utilizar los recursos provenientes por la contraprestación del servicio del establecimiento de consumo escolar en préstamos personales, regalos, gastos en combustible no justificados, alimentación y convivios para personal y uniformes, así como servicios personales como son telefonía celular, peajes y viáticos.

En caso de incumplimiento a esta disposición, la persona que haya autorizado la erogación deberá restituir el importe de la cantidad de que se dispuso.

TRANSITORIOS

PRIMERO.- Publíquese el presente Reglamento en el Periódico Oficial *Gaceta del Gobierno*.

SEGUNDO.- El presente Reglamento entrará en vigor al día siguiente de su publicación.

TERCERO.- Las disposiciones de este Reglamento relativas a los alimentos y bebidas recomendados por las autoridades de salud, contenidos en los anexos 1 y 2, serán obligatorias para los prestadores del servicio de los establecimientos de consumo escolar, a partir del primero de enero de 2011.

CUARTO.- Los establecimientos de consumo escolar, actualmente tiendas escolares que funcionen, tendrán, a partir de la fecha de publicación del presente Reglamento y hasta el 31 de diciembre de 2010, para que los alimentos y bebidas que expendan se ajusten a las disposiciones contenidas en los anexos 1 y 2.

QUINTO.- El Comité, en su respectivo plantel educativo, a partir de la segunda semana de octubre de 2010, informará al prestador del servicio del establecimiento de consumo escolar, sobre la expedición y aplicación del presente Reglamento.

SEXTO.- SEIEM, a través de las instancias competentes, revisará, a más tardar hasta el 31 de diciembre de 2010, todos los instrumentos jurídicos que se tengan celebrados con los prestadores del servicio de los establecimientos de consumo escolar, para incluir las disposiciones conducentes señaladas en el presente Reglamento, o en su caso, suscribir, por parte del Comité, el contrato que se requiera.

SÉPTIMO.- Quedan sin efecto las disposiciones administrativas en vigor, de igual o menor rango que se opongan al presente Reglamento.

Aprobado por el H. Consejo Directivo de Servicios Educativos Integrados al Estado de México, en su Tercera Sesión Extraordinaria de dos mil diez, celebrada en Santa Cruz Azcapotzaltongo, municipio de Toluca, Estado de México, el día dieciocho de agosto del mismo año.

LIC. ROGELIO TINOCO GARCÍA
DIRECTOR GENERAL DE SEIEM
Y SECRETARIO DEL CONSEJO DIRECTIVO
(RÚBRICA)

ANEXOS 1 Y 2 DEL REGLAMENTO PARA EL EXPENDIO DE ALIMENTOS Y BEBIDAS EN LOS ESTABLECIMIENTOS DE CONSUMO ESCOLAR DE LOS PLANTELES DE EDUCACIÓN BÁSICA DEL SUBSISTEMA EDUCATIVO FEDERALIZADO**ANEXO I**

Anexo Único del Acuerdo mediante el cual se establecen los Lineamientos Generales para el expendio o distribución de alimentos y bebidas en los establecimientos de consumo escolar de los planteles de educación básica

Criterios técnicos**Contenido**

1. Objetivo
2. Criterios utilizados
3. Bases científicas y técnicas
 - 3.1. Recomendaciones de energía y macronutrientes de niños en educación básica
 - 3.2. Recomendaciones para las combinaciones de alimentos y bebidas en los refrigerios escolares
 - 3.3. Características nutrimentales de los alimentos y bebidas
 - 3.3.1. Frutas y verduras
 - 3.3.2. Preparación de alimentos
 - 3.3.3. Bebidas
 - 3.3.4. Alimentos líquidos
 - 3.3.4.1. Leche
 - 3.3.4.2. Yogurt y alimentos líquidos fermentados
 - 3.3.4.3. Jugos de frutas, jugos de verduras y néctares
 - 3.3.4.4. Alimentos líquidos de soya
 - 3.3.5. Botanas
 - 3.3.6. Galletas, pastelitos, confites y postres
4. Glosario
5. Referencias nacionales e internacionales

1. Objetivo

Establecer los criterios técnicos para regular la preparación, expendio o distribución de alimentos y bebidas que promuevan una alimentación correcta en los planteles de educación básica.

2. Criterios utilizados

Estos criterios se fundamentan en evidencia científica y en los resultados de estudios empíricos realizados en escuelas del país.^{i[1], ii[2]} A continuación se hace un breve recuento de los parámetros utilizados para definir los alimentos y bebidas que facilitan una alimentación correcta.

Se determinó la cantidad de energía y nutrientes promedio que requieren los escolares de educación preescolar, primaria y secundaria para satisfacer sus necesidades diarias, lograr una dieta correcta, así como promover y mantener su salud (sección 3.1).

a. Se definieron las cantidades máximas de calorías recomendadas en el refrigerio escolar, el cual se define como el conjunto de alimentos y bebidas consumidos por los escolares durante el recreo (ver definición completa en la sección 5).

b. Se estableció la cantidad de macronutrientes (proteínas, hidratos de carbono y lípidos) recomendados en el refrigerio escolar para contribuir al logro de una dieta equilibrada^{iii[3]}.

Se recomiendan combinaciones de alimentos para conformar un refrigerio escolar que contribuya al logro de una dieta correcta, con fundamento en la NOM-043-SSA2-2005^{iv}[4]. Se recomienda el consumo diario de las siguientes categorías de alimentos:

- 1) Verduras y frutas,
- 2) Agua simple potable a libre demanda y
- 3) Alimentos preparados.

Estos últimos se definen como combinaciones de dos o más alimentos que constituyen la principal fuente de energía y macronutrientes del refrigerio escolar (ver definición completa en la sección 3). El consumo diario de los alimentos preparados podrá substituirse por el consumo de algún alimento líquido como leche semidescremada, yogurt, alimentos lácteos fermentados, jugos de frutas, jugos de verduras y néctares o alimentos líquidos de soya (preferentemente hasta dos veces por semana).

Con estos criterios se contribuye a disminuir el riesgo de obesidad y sus complicaciones inmediatas en las niñas y niños, así como el desarrollo de enfermedades crónicas a lo largo de la vida. Es bien conocido que la calidad de la alimentación es uno de los factores que más influyen en la salud. La evidencia científica actual indica que una dieta alta en grasas totales, ácidos grasos saturados, ácidos grasos trans, azúcares y otros edulcorantes calóricos, así como sal, aumenta el riesgo de obesidad o del desarrollo de enfermedades crónicas como la diabetes, hipertensión y enfermedades cardiovasculares^v[5],^{vi}[6],^{vii}[7],^{viii}[8],^{ix}[9],^x[10],^{xi}[11]. Por estas razones, se establecieron valores máximos para estos nutrientes e ingredientes.

La implementación de los criterios se hará de manera gradual en los próximos tres ciclos escolares: Etapa I durante el ciclo escolar 2010-2011; Etapa II durante el ciclo escolar 2011-2012 y Etapa III a partir del ciclo escolar 2012-2013. La gradualidad es una estrategia utilizada en la mayoría de los países para dar tiempo a la industria de alimentos a reformular, desarrollar y aplicar innovaciones tecnológicas que mejoren el contenido nutricional de sus productos. Este proceso involucra modificar la producción agropecuaria para asegurar la disponibilidad de nuevos ingredientes, así como modificaciones en el equipo y envases. Con esta medida se fortalece el Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el Sobrepeso y la Obesidad^{xii}[12] y se avanza de manera coordinada con otros sectores gubernamentales y los productores para disminuir los tamaños de porción y los contenidos de sodio, grasas totales, grasas saturadas, grasas trans y azúcares de los alimentos, mientras que por otro lado se aumenta el contenido de cereales de grano entero y de fibra dietética.

3. Bases científicas y técnicas para la elaboración de los criterios

3.1. Recomendaciones de energía y macronutrientes de niños en educación básica

El refrigerio forma parte de la alimentación del escolar; por tanto, las recomendaciones sobre los alimentos o preparaciones (combinaciones de alimentos) que formen parte del mismo deben enmarcarse dentro de la dieta habitual que el escolar consume en el curso del día, a fin de facilitar que ésta sea correcta. Una dieta correcta debe ser: completa, suficiente, equilibrada, variada, adecuada e inocua⁴.

Los criterios que a continuación se presentan suponen que el escolar desayunó, en la casa o en la escuela, lo anterior considerando los resultados de la Encuesta sobre Expendio y Consumo de Alimentos en Escuelas de Educación Básica, realizada en el año 2010, donde se observó que el 83.2% de los niños desayunan en casa.^{xiii}[13] Del 16.8% de niñas y niños que no desayunan, 6.1% no lo hacen por falta de recursos económicos. El resto no desayuna en casa porque no tiene hambre a la hora del desayuno, porque no le da tiempo o porque recibe desayuno escolar. Se recomienda que el refrigerio escolar no substituya el desayuno.

El cálculo del aporte de energía recomendado para ser cubierto por el refrigerio escolar tiene como base:

- Las recomendaciones de ingestión total de energía para la población mexicana^{xiv}[14].
- Niveles de actividad física moderada para el grupo de 3 a 5 años y ligera para el grupo de 6 a 15 años, de acuerdo con la evidencia disponible para la población escolar mexicana^{xv}[15],^{xvi}[16].
- La proporción aproximada de energía aportada en cada tiempo de comida. Se identifican tres tiempos de comida y dos refrigerios, cada uno con el siguiente aporte de energía: desayuno, comida y cena, 25%, 30% y 15% respectivamente; los dos refrigerios aportan el 30% restante de energía y nutrientes a los escolares.

Las colaciones, como parte de la dieta diaria de los escolares menores de 14 años, deben proveerles de los nutrimentos y energía necesarios entre comidas, cuando el lapso entre éstas es de cinco o más horas, así como mantener la saciedad en su apetito^{xvii}[17].

Con base en lo anterior, se recomienda que el refrigerio escolar cubra de 15% a 20% (17.5% para los fines del presente documento) de las recomendaciones diarias respecto de la energía y los nutrimentos. En el cuadro 1, se presentan los aportes de energía sugeridos en el refrigerio escolar para los tres grupos de edad que nos ocupan (niños de preescolar, primaria y secundaria), con base en el porcentaje del total de energía.

Los criterios respecto de la proporción de grasas, hidratos de carbono y proteínas que deberá cubrir el refrigerio escolar, se estimaron con base en las proporciones con las que se recomienda contribuya cada macronutriente en la ingestión dietética de energía total diaria de la población: 25-30% proveniente de grasas totales, 55-60% de hidratos de carbono y 10-15% de proteínas³ (cuadro 2). El consumo recomendado de ácidos grasos saturados, ácidos grasos trans, azúcares añadidos y sodio se basa en recomendaciones internacionales para la prevención de obesidad y enfermedades crónicas por parte de la Organización Mundial de la Salud (OMS)⁵. Así, el consumo de grasas saturadas debe ser igual o menor a 10%, el de grasas trans igual o menor a 1% y los azúcares añadidos deben ser igual o menores del 10% del total de energía. Los límites para el sodio se basan en la meta propuesta por la OMS/OPS (Organización Panamericana de la Salud) de disminuir el consumo de sal a menos de 5g (menos de 2,000 mg de sodio) gradualmente⁹ (cuadro 3).

Cuadro 1. Aporte energético del refrigerio escolar para estudiantes de preescolar, primaria y secundaria^a

Nivel ^b	Requerimientos de energía estimada por día (kcal)	Requerimientos de energía para el refrigerio escolar ^c (kcal +/- 5%)
Preescolar	1,300	228 (216 - 239)
Primaria	1,579	276 (263 - 290)
Secundaria	2,183	382 (363 - 401)

^a Basado en las Recomendaciones de Ingestión para la Población Mexicana
^b Preescolar: 3 a 5 años; primaria: 6 a 11 años, y secundaria: 12 a 14 años
^c Correspondiente al 17.5% de la recomendación de energía estimada por día, de acuerdo con el grupo de edad. Valores: media (mínimo-máximo)

Cuadro 2. Macronutrimentos del refrigerio escolar para estudiantes de preescolar, primaria y secundaria ^{a, b}

Nivel ^c	Requerimientos de energía estimada por día (kcal)	Kcal provenientes de grasas según porcentaje recomendado (g)		Kcal provenientes de hidratos de carbono según porcentaje recomendado (g)		Kcal provenientes de proteínas según porcentaje recomendado (g)	
		25%	30%	55%	60%	10%	15%
Preescolar	228	57 (6.3)	68 (7.6)	125 (31.3)	137 (34.1)	23 (5.7)	34 (8.5)
Primaria	276	69 (7.7)	83 (9.2)	152 (38.0)	166 (41.4)	28 (6.9)	41 (10.4)
Secundaria	382	96 (10.6)	115 (12.7)	210 (52.5)	229 (57.3)	38 (9.6)	57 (14.3)

^a Se presentan calorías y entre paréntesis su equivalente en gramos
^b Se presentan calorías y gramos de la recomendación media de energía únicamente. Necesario restar o adicionar el +/-5%, de calorías y gramos de los macronutrimentos en caso de utilizar el rango inferior o superior de la recomendación de energía para el refrigerio escolar
^c Preescolares: edad 3-5 años; Escolares: 6 a 11 años; Secundaria: 12 a 14 años

3.2. Recomendaciones para las combinaciones de alimentos y bebidas en los refrigerios escolares

Antes de describir a las recomendaciones nutrimentales de cada tipo de alimento y bebida que se autoriza expender en la escuela, se presenta la combinación recomendada de alimentos y bebidas para conformar un refrigerio escolar saludable.

Las combinaciones tienen su fundamento en el "Plato del bien comer", de acuerdo con la NOM-043-SSA2-2005⁴. Se sugiere incluir diariamente la siguiente combinación:

- Una o más porciones de frutas y verduras
- Una porción de las preparaciones de alimentos que cumplan con los criterios establecidos
- Agua simple y potable a libre demanda

Es importante combinar los alimentos de manera correcta para que aporten la energía y macronutrientes recomendados y se logre saciar el apetito. Cada entidad federativa podrá buscar la manera más apropiada para lograr que los escolares combinen dichos alimentos. Idealmente, se propone la venta de paquetes de refrigerio que incluyan las combinaciones de alimentos y bebidas sugeridos con lo que se garantiza la adecuada combinación y el consumo de las cantidades recomendadas. En tanto se logra la conformación de los paquetes de refrigerio mencionados, la orientación alimentaria en los establecimientos de consumo escolar es imprescindible para lograr que los escolares realicen las combinaciones recomendadas.

Podrá incluirse en el refrigerio una porción de leche semidescremada, yogurt (sólido o bebible), alimentos lácteos fermentados, jugos de fruta, verdura o néctares de preferencia libres de edulcorantes no calóricos (preferentemente hasta dos veces por semana). Cuando este alimento se consuma, deberá sustituirse por la porción de preparaciones de alimentos de ese día, evitando así rebasar el contenido energético del refrigerio.

Las botanas, galletas, pastelitos, confites y postres siempre y cuando cumplan con las características indicadas en el presente anexo, podrán incluirse una vez a la semana, en sustitución de una preparación de alimentos, para así no rebasar el contenido energético diario del refrigerio.

3.3. Características nutrimentales de los alimentos y bebidas

Todas las bebidas y alimentos disponibles en las escuelas deben contribuir a una dieta correcta en un ambiente con opciones saludables.

3.3.1. Frutas y verduras

Deben ser parte esencial del refrigerio escolar, junto con las preparaciones de alimentos. Se recomienda promover permanentemente el consumo de verduras y frutas ya que la mayoría contribuyen a lograr saciedad sin grandes aportes de energía, por lo que las cantidades a consumir pueden ser mayores a las de otros alimentos⁶. En general el consumo de verduras, no debe limitarse.

En el caso de frutas, se recomienda una pieza o su equivalente en rebanadas. En el caso de frutas deshidratadas, sin azúcar adicionada (orejones de chabacano, durazno, manzana y pera), no más de 4 piezas (25 g). Es mejor el consumo de frutas enteras o en trozos, y no en forma de jugos, por razones de saciedad y equilibrio energético y para evitar pérdidas en nutrientes y otros componentes dietéticos derivados del proceso de licuado y la posterior oxidación¹⁷. Estas recomendaciones son las mismas para las tres etapas de implementación.

3.3.2 Preparación de alimentos

Los criterios para las preparaciones de alimentos no se modifican sustancialmente en las tres etapas de implementación, a excepción del sodio y el uso de granos enteros, cuya implementación será paulatina.

Se recomienda que, en general, las preparaciones combinen un alimento elaborado con cereales de grano entero o elaborado a partir de harinas integrales (100%), con uno o más de los siguientes alimentos: pequeñas cantidades de alimentos de origen animal o leguminosas, verduras y nulas o muy pequeñas cantidades de aceites vegetales (con bajo contenido de grasas saturadas y de grasas trans). Pueden ser de elaboración casera o artesanal, aunque también pueden producirse de manera industrial. Algunos ejemplos de preparaciones incluyen: tortas, sándwiches, quesadillas, tacos, entre otras. Constituyen la principal fuente de energía y macronutrientes del refrigerio escolar. Los principales criterios nutrimentales para considerar una preparación como adecuada se presentan en el siguiente cuadro.^{xviii}[18], ^{xix}[19]

Preparación de Alimentos

- Energía: menor o igual a 180 calorías
- Proteína: al menos 10% del total de energía (18 kcal o 4.5 g).

- Grasas totales: menor o igual a 35% del total de energía en etapas I y II, ciclos 2010-2011 y 2011-2012, menor o igual a 30% del total de energía en etapa III, a partir del ciclo 2012-2013
- Ácidos grasos saturados: menor o igual a 15% del total de energía en etapas I y II, ciclos 2010-2011 y 2011-2012, menor o igual a 10% del total de energía en etapa III, a partir del ciclo 2012-2013
- Sodio: menor o igual a 270 mg en etapa I, menor o igual a 230 mg en etapa II y menor o igual a 220 mg en etapa III.
- El contenido máximo de ácidos grasos trans será menor o igual a 0.5 g por porción
- Se recomienda que los alimentos elaborados con base en cereales contengan cereales de grano entero o que sean elaborados a partir de harinas integrales. Durante la primera etapa esto aplica al menos a 33% de los productos que incluyan cereales. A partir de la etapa II debe considerar al menos a 66% de los productos que incluyan cereales y en la etapa III al 100% de los productos.

3.3.3. Bebidas

El principal objetivo en relación con las bebidas es promover el consumo de agua simple y potable, por lo que se deberá asegurar la disponibilidad de la misma, antes que la de cualquier otra bebida.

Es importante la promoción exclusiva del consumo de agua, evitando publicidad para el consumo de otro tipo de bebidas.

Sólo en escuelas secundarias se permitirá la venta de bebidas con edulcorantes no calóricos, mismas que deben cumplir los siguientes criterios:

Bebidas para preescolar y primaria

- Se debe garantizar la disponibilidad de agua simple y potable

Bebidas para secundaria

- Energía: menor o igual a 10 kcal por porción
- La porción con un máximo de 250 ml
- La cantidad de sodio (mg por porción) será menor o igual a 60 en el ciclo 2010-2011 y menor o igual a 55 a partir del ciclo 2011-2012
- La cantidad máxima de edulcorantes no calóricos será menor o igual a 50 mg por 100 ml en etapa I, ciclo 2010-2011, menor o igual a 45 mg por 100 ml en etapa II, ciclo 2011-2012 y menor o igual a 40 mg por 100 ml en etapa III, desde ciclo 2012-2013

3.3.4 Alimentos Líquidos

3.3.4.1 Leche

La leche se considera un alimento líquido y es recomendable su promoción e inclusión en la dieta del niño por el contenido de calcio que le ayudará a un mejor desarrollo. Para mayor beneficio a la salud, en cuanto a prevención de problemas de obesidad y enfermedades crónicas asociadas, la leche debe ser de preferencia semidescremada o descremada

Leche:

- Energía: menor o igual a 50 kcal por 100 ml en etapas I, II y III, ciclos 2010-2011, 2011-2012 y 2012-2013.
- Contenido de grasas totales: menor o igual a 1.6% o 1.6 g de grasas por 100 g de leche en etapas I, II y III ciclos 2010-2011, 2011-2012 y 2012-2013.
- El tamaño del envase será menor o igual a 250 ml
- No debe tener azúcares añadidos
- Podría permitirse el uso de edulcorantes no calóricos siempre y cuando estén aprobados para el consumo de niños en el Codex Alimentarius.

3.3.4.2. Yogurt y alimentos líquidos fermentados

Los productos lácteos también se consideran relevantes en la dieta infantil y deben cumplir con los criterios siguientes:

Yogurt Sólido

- Tamaño del envase: menor o igual a 150 g
- Contenido máximo de grasas totales: menor o igual a 2.5 g por 100 g
- Contenido de azúcares: menor o igual a 40% de calorías totales respecto a azúcares añadidos en la etapa I, menor o igual a 35% en la etapa II y menor o igual a 30% en etapa III

- Podría permitirse el uso de edulcorantes no calóricos siempre y cuando estén aprobados para el consumo de niños en el Codex Alimentarius.

Yogurt bebible y alimentos lácteos fermentados

- La porción debe ser de máximo 250 ml en las etapas I y II, ciclo 2010-2011 y 2011-2012 y 200 ml etapa III, ciclo 2012-2013
- Las grasas totales deberán ser máximo 1.6 g por 100 ml en las etapas I y II, ciclos 2010-2011 y 2011-2012, 1.4 g por 100 ml en etapa III, desde ciclo 2012-2013
- El contenido de azúcares representará máximo el 40% de las calorías totales en etapa I, ciclo 2010-2011, 35% en etapa II, ciclo 2011-2012 y 30% en etapa III, desde ciclo 2012-2013
- Podría permitirse el uso de edulcorantes no calóricos siempre y cuando estén aprobados para el consumo de niños en el Codex Alimentarius.

3.3.4.3 Jugos de frutas, jugos de verduras y néctares

Los jugos de frutas y verduras, así como los néctares deben cumplir con los siguientes criterios:

Jugos de frutas y verduras:

- Se permitirán jugos de fruta 100% natural sin azúcar añadida.
- En caso de jugos de frutas naturales de origen industrializado, la cantidad de azúcares totales (gramos por porción) será según la NOM-173-SCFI-2009. Jugos de frutas preenvasados, denominaciones, especificaciones fisicoquímicas, información comercial y métodos de prueba.
- La energía por porción será menor o igual a 110 kcal en etapas I y II, ciclos 2010-2011 y 2011-2012, y menor o igual a 70 kcal en etapa III, desde ciclo escolar 2012-2013
- La porción debe ser menor o igual a 200 ml en etapas I y II, ciclos 2010-2011 y 2011-2012 y menor o igual a 125 ml en la etapa III, desde ciclo escolar 2012-2013.

Néctares

- Energía: menor o igual a 110 kcal por porción en etapas I y II, ciclos 2010-2011 y 2011-2012, y menor o igual a 70 kcal en etapa III, desde ciclo escolar 2012-2013
- La porción debe ser menor o igual a 200 ml en etapas I y II, ciclos 2010-2011 y 2011-2012 y menor o igual a 125 ml en la etapa III, desde ciclo escolar 2012-2013.
- Podría permitirse el uso de edulcorantes no calóricos siempre y cuando estén aprobados para el consumo de niños en el Codex Alimentarius.

3.3.4.4. Alimentos líquidos de soya

Los alimentos líquidos de soya deben cumplir los siguientes criterios:

Alimentos líquidos de soya

- Energía: menor o igual a 60 kcal por porción en etapas I y II, ciclos 2010-2011 y 2011-2012, menor o igual a 40 kcal en la etapa III, desde ciclo escolar 2012-2013
- La porción debe ser menor o igual a 200 ml en etapas I y II, ciclos 2010-2011 y 2011-2012 y menor o igual a 125 ml en la etapa III, desde ciclo escolar 2012-2013
- Las grasas totales deberán ser menor o igual a 2.5 g por 100 ml. Las grasas saturadas no deben rebasar 21% de grasas totales
- El contenido de sodio (mg por 100 ml) será menor o igual a 110 en etapas I y II, ciclos 2010-2011 y 2011-2012, y menor o igual a 105 en etapa III, desde ciclo 2012-2013
- Podría permitirse el uso de edulcorantes no calóricos siempre y cuando estén aprobados para el consumo de niños en el Codex Alimentarius.

3.3.5. Botanas

Deberán cumplir con los siguientes criterios:

Botanas

- Energía: menor o igual a 140 kcal en la etapa I y menor o igual a 130 kcal en las etapas II y III
- Azúcares añadidos: No aplica en la etapa I y durante las etapas II y III menor o igual a 10% del total de energía/porción
- Grasas totales: Menor o igual a 40% del total de energía en etapa I y II y menor o igual a 35% en etapa III

- Grasas saturadas: No aplica en la etapa I, menor o igual a 25% de la energía total en la etapa II y menor o igual a 15% en etapa III
- Ácidos grasos trans: Menor o igual a 0.5 g/porción en etapas I, II y III
- Sodio: No aplica en etapa I, menor o igual a 200 mg por porción en etapa II, y menor o igual a 180 mg por porción en etapa III
- En alimentos empacados, las presentaciones deben contener una porción o menos

3.3.6. Galletas, pastelitos, confites y postres

Deberán cumplir con los siguientes criterios:

Galletas, pastelitos, confites y postres

- Energía: Etapa I: menor o igual a 140 kcal o menos, etapas II y III: menor o igual a 130 kcal
- Azúcares añadidos: No aplica en la etapa I, menor o igual a 25% del total de energía en etapa II y menor o igual a 20% del total de energía en etapa III
- Grasas totales: en etapa I y II, menor o igual a 40% del total de energía, y menor o igual a 35% en etapa III
- Grasas saturadas: No aplica en la etapa I, menor o igual a 20% de la energía total en la etapa II y menor o igual a 15% en etapa III
- Ácidos grasos trans: Menor o igual a 0.5 g por porción en etapas I, II y III
- Sodio: No aplica en etapa I, menor o igual a 200 mg por porción en etapa II, y menor o igual a 180 mg por porción en etapa III.
- En alimentos empacados, las presentaciones deben contener una porción o menos
- Podría permitirse el uso de edulcorantes no calóricos, siempre y cuando estén aprobados para el consumo de niños en el Codex Alimentarius

Cuadro 3. Criterios nutrimentales de aplicación obligatoria en alimentos y gradualidad de implementación durante tres ciclos escolares a partir del Ciclo Escolar 2010-2011^{1,2,3}

CATEGORIAS	CRITERIOS NUTRIMENTALES	Etapas I (Agosto 2010 a julio 2011)	Etapas II (Agosto 2011 a julio 2012)	Etapas III (Agosto 2012 en adelante)
Preparaciones de alimentos	Porción (Kcal)	180	180	180
	Proteína (% de calorías)	Al menos 10	Al menos 10	Al menos 10
	Azúcares y otros edulcorantes calóricos	Sin azúcares añadidos	Sin azúcares añadidos	Sin azúcares añadidos
	Grasas totales (% de calorías)	35	35	30
	Grasa saturadas (% de calorías)	15	15	10
	Ácidos grasos trans (g por porción)	0.5	0.5	0.5
	Sodio (mg/ porción)	270	230	220
	Cereales de grano entero (% de los productos)	33	66	100
Bebidas para preescolar y primaria ^{4,5}	Se debe garantizar la disponibilidad de agua simple potable			
Bebidas para secundaria ⁴	Porción (ml)	250	250	250
	Calorías por porción (Kcal. máximo)	10	10	10
	Sodio (mg por porción)	60	55	55
	Edulcorantes no calóricos (mg / 100 ml)	50	45	40
Leche ^{6,7}	Porción (ml)	250	250	250
	Calorías por 100 g (kcal)	50	50	50
	Grasas totales (en 100 g)	1.6	1.6	1.6

Yogurt y alimentos lácteos fermentados ^{6,7}	Grasas totales (g / 100 g o ml)	Sólido < 2.5	Sólido < 2.5	Sólido ≤ 2.5
		Bebible ≤ 1.6	Bebible ≤ 1.6	Bebible ≤ 1.4
	Porción (g o ml)	Sólido ≤ 150	Sólido < 150	Sólido ≤ 150
		Bebible < 250	Bebible < 250	Bebible < 200
	Azúcares (% de calorías totales respecto a azúcares añadidos)	40	35	30
Jugos de frutas y jugos de verduras	Azúcares totales (g por porción)	Según la norma NOM-173-SCFI-2009 Jugos de frutas preenvasados, denominaciones, especificaciones fisicoquímicas, información comercial y métodos de prueba		
	Porción (ml)	200	200	125
	Calorías por porción (máximo)	110	110	70
Néctares ⁶	Porción (ml)	200	200	125
	Calorías por porción (máximo)	110	110	70
Alimentos líquidos de soya ⁶	Porción (ml)	200	200	125
	Sodio (mg por 100ml)	110	110	105
	Grasas totales (g por 100ml) Las grasas saturadas no deben rebasar 21% de grasas totales	2.5	2.5	2.5
	Calorías por porción (kcal, máximo)	60	60	40
Botanas ⁸	Porción (kcal)	140	130	130
	Grasas totales (% de calorías totales)	40	40	35
	Grasas saturadas (% de calorías totales)	No aplica	25	15
	Ácidos grasos trans (g por porción)	0.5	0.5	0.5
	Azúcares añadidos (% de calorías totales)	No aplica	10	10
	Sodio (mg/porción)	No aplica	200	180
Galletas, Pastelillos, confites y postres ⁹	Porción (kcal)	140	130	130
	Grasas totales (% de calorías totales)	40	40	35
	Grasas saturadas (% de calorías totales)	No aplica	20	15
	Ácidos grasos trans (g por porción)	0.5	0.5	0.5
	Azúcares añadidos (% de calorías totales)	No aplica	25	20
	Sodio (mg/porción)	No aplica	200	180

¹ Todos los productos deberán contener sólo una porción.

² Los parámetros se refieren a menor o igual que.

³ De acuerdo con el lineamiento tercero transitorio "La aplicación de los lineamientos y su anexo único será obligatoria en todas las escuelas de educación básica a partir del 1.º de enero de 2011. Antes de esta fecha podrán aplicarse en las escuelas que así lo determinen. Del 23 de agosto al 31 de diciembre del presente año, las autoridades educativas y de salud federal y locales en el respectivo ámbito de sus competencias, llevarán a cabo acciones tendientes a la difusión del alcance del contenido del presente acuerdo y su anexo único, así como la capacitación de los principales actores en su ejecución a efecto de llevar a cabo la debida implementación del presente instrumento".

⁴ En bebidas se manejan dos propuestas: primaria y secundaria. Sin cafeína y sin taurina. Ambas incluyen consumo libre de agua simple potable.

⁵ Estos criterios incorporan el compromiso de la industria de coadyuvar al consumo de agua simple y potable, de manera que, en un plazo máximo de 2 meses después de haber comenzado el ciclo escolar 2010-2011, se retirarán las bebidas azucaradas.

⁶ Podría permitirse el uso de edulcorantes no calóricos en leche, néctares, yogurt y bebidas de soya, siempre y cuando estén aprobados para el consumo de niños en el Codex Alimentarius.

⁷ Ácidos grasos trans no aplica cuando son de origen natural como en lácteos.

⁸ El grupo de las oleaginosas (p.ej. cacahuates, nueces, almendras, pistaches, etc.) y leguminosas secas (p. ej. habas secas) no se encuentra sujeto al criterio de grasas totales por su alto valor nutrimental ya que, a pesar de su alto contenido de grasas, su consumo moderado ha sido asociado con efectos positivos para la salud, siempre y cuando no tengan grasas añadidas en valores superiores al 1%. Aplican los demás criterios para botanas.

⁹ Podría permitirse el uso de edulcorantes no calóricos en galletas, pastelillos, postre y confites, siempre y cuando estén aprobados para el consumo de niños en el Codex Alimentarius.

4. Glosario

A continuación se presenta la definición de términos para los efectos del presente anexo.

ÁCIDOS GRASOS

Biomoléculas orgánicas de naturaleza lipídica formadas por una larga cadena hidrocarbonada lineal, de número par de átomos de carbono, en cuyo extremo hay un grupo carboxilo..xx[20]

ÁCIDOS GRASOS TRANS

Isómeros de ácidos grasos monoinsaturados. Se pueden producir en la hidrogenación de aceites vegetales y grasas vegetales. Se ha considerado que un alto consumo en la dieta puede incrementar el riesgo de presentar enfermedades cardiovasculares.xxii[21], xxii[22], xxiii[23]

ÁCIDOS GRASOS SATURADOS

A los que carecen de dobles ligaduras. Se recomienda que no excedan más de una tercera parte de los ácidos grasos consumidos, ya que favorecen la aterosclerosis. Algunos productos contienen cantidades elevadas de ácidos grasos saturados: la mantequilla y la margarina, las mantecas, el chicharrón de cerdo, el chorizo, la crema, el aceite de coco, los chocolates (cacao) y, en general, casi todos los quesos.xxiv[24] Su consumo se ha asociado con mayor riesgo de presentar enfermedades cardio y cerebrovasculares. xxv[25], xxvi[26]

AZUCARES

Todos los monosacáridos y disacáridos presentes en un alimento o bebida no alcohólica.xxvii[27]

AZUCARES AÑADIDOS

Azúcares y jarabes añadidos durante el procesamiento o preparación. Las principales fuentes de azúcares añadidos incluyen las bebidas azucaradas, pasteles, galletas, pays y dulces.xxviii[28]

BOTANAS

A los productos elaborados a base de harinas, semillas, tubérculos, cereales, granos y frutas, que pueden estar fritos, horneados y explotados o tostados y adicionados de sal, otros ingredientes y aditivos para alimentos.

CALORIAS Y KILOCALORIAS

Una caloría se define como la unidad de energía que equivale al calor necesario para elevar un grado centígrado (de 14.5° a 15.5°C) la temperatura de un gramo de agua destilada. 1 caloría es igual a 4.185 joules. Una kilocaloría es la unidad de energía que equivale mil calorías, a 4.185 kJ o a 4 185 J.xxix[29]

CEREALES DE GRANO ENTERO

Cereal de granos intactos que al someterse a un proceso de molienda, rompimiento, hojuelado, entre otros, conserva sus principales componentes anatómicos y están presentes en una proporción relativamente igual a la existente en el grano intacto original, logrando esto de manera natural o a través de medios tecnológicos.¹⁸

CONTENIDO ENERGETICO DE LOS ALIMENTOS

Es la cantidad de kilocalorías que contienen los alimentos y bebidas por unidad de masa o volumen.

ENERGIA

En nutrición es el resultado de la degradación oxidativa de los hidratos de carbono, los ácidos grasos y los aminoácidos. La energía se transforma con el fin de generar trabajo como el crecimiento, el mantenimiento, el transporte y la concentración de sustancias, así como para efectuar actividades físicas e intelectuales.xxx[30]

FIBRA DIETETICA

Parte comestible de las plantas o hidratos de carbono análogos que son resistentes a la digestión y la absorción en el intestino delgado humano y que sufren una fermentación total o parcial en el intestino grueso. La fibra dietética incluye polisacáridos, oligosacáridos, lignina y otras sustancias asociadas a las plantas. Se les divide en solubles e insolubles.

Epidemiológicamente su consumo insuficiente se ha asociado con la aparición de enfermedades crónicas. Se encuentra en leguminosas cereales integrales, verduras y frutas.^{xxxi[31]}

GALLETAS, PASTELITOS, DULCES Y POSTRES.

Para fines de estos Criterios, son alimentos dulces elaborados a partir de procesos industrializados o artesanales y distribuidos para su consumo a gran escala.

LIPIDOS (GRASAS)

Las grasas, junto con los hidratos de carbono y las proteínas, constituyen los macronutrientes. Químicamente se refieren a componentes en los que uno, dos o tres ácidos grasos están unidos a una molécula de glicerina formando monoglicéridos, diglicéridos o triglicéridos. El tipo más común de grasa son los triglicéridos. Su principal función es la de ser fuente de energía, aportando 9 kcal por gramo, además de que favorecen la absorción de vitaminas liposolubles y carotenos; forman bicapas lipídicas de las membranas celulares; recubren órganos; regulan la temperatura corporal; sirven para la comunicación celular; especialmente como receptores nucleares, y forman parte de la estructura de hormonas esteroideas. Los triglicéridos sólidos a temperatura ambiente son denominados grasas, mientras que los que son líquidos son conocidos como aceites. Existen grasas de origen animal y de origen vegetal.³

HARINAS INTEGRALES

Producto obtenido de la molienda que incluye el salvado (cáscara), que es la parte externa y es rica en fibra; el germen, que es la parte interna del grano y es rica en micronutrientes, y la fécula o almidón, conocido como el endospermo.^{xxii[32]} Se considera la harina de grano entero si al menos 51% del peso del producto proviene de dichos granos.^{xxiii[33]} En México, la NOM-147-SSA1-1996, especifica como harina integral al producto obtenido de la molienda del grano de cereal entero, que conserva su cáscara y germen.^{xxiv[34]}

HIDRATOS DE CARBONO (CARBOHIDRATOS)

Uno de los tres macronutrientes. Son compuestos orgánicos que contienen carbono, hidrógeno y oxígeno. Son solubles en agua y se clasifican de acuerdo con la cantidad de carbonos o por el grupo funcional que tienen adherido. Son la forma biológica primaria de almacenamiento y consumo de energía aportando aproximadamente 4 kcal por gramo. Los carbohidratos en la dieta humana se encuentran sobre todo en forma de almidones y diversos azúcares.^{xxv[35]}

MACRONUTRIENTES

Nutrientes que se encuentran en la dieta y proporcionan energía: carbohidratos, lípidos y proteínas.^{xxvi[36]}

PORCION

Cantidad arbitraria de alimento que suele calcularse para consumo individual. Su tamaño está determinado por los servicios y las industrias de alimentos.^{xxvii[37]}

PREPARACIONES DE ALIMENTOS

Para fines de estos criterios, son combinaciones de dos o más alimentos, compuestos generalmente de cereales de grano entero o de harina integral, combinados con alimentos de origen animal o leguminosas, con nulas o muy pequeñas cantidades de aceites vegetales (por ejemplo, tortas, sándwiches, quesadillas o tacos). Constituyen la principal fuente de energía y macronutrientes del refrigerio escolar. Suelen ser de elaboración casera o artesanal, aunque también pueden producirse de manera industrial.

PROTEINAS

Componentes estructurales principales de todas las células del cuerpo. También funcionan como enzimas, transportadores y como hormonas. Está constituido de aminoácidos que, a su vez, son precursores de ácidos nucleicos, hormonas, vitaminas y otras moléculas importantes. Los aminoácidos están compuestos de carbono, oxígeno e hidrógeno. Se distinguen de los hidratos de carbono por contener un grupo amino y un grupo carboxilo. Por lo tanto, las proteínas son esenciales para mantener la integridad y funcionalidad celular.^{xxxviii}[38]

NECESIDADES ENERGETICAS

Es la cantidad de energía (kilocalorías) proveniente de alimentos y bebidas que requiere un individuo para el mantenimiento de una vida saludable.

RECOMENDACIONES DE ENERGIA

Para fines de estos criterios, es la cantidad de energía (kilocalorías) promedio que, con base en evidencia científica, se recomienda que consuman los individuos a partir de los alimentos y bebidas, de acuerdo con las necesidades energéticas para distintos grupos de edad, para cada sexo y por nivel de actividad física.

REFRIGERIO ESCOLAR

Para fines de estos criterios, es la combinación de alimentos, preparaciones y bebidas consumidos por los escolares durante el recreo, independientemente del lugar de procedencia o adquisición. Esta definición excluye el desayuno escolar.

SODIO

Nutrimiento inorgánico. Conjuntamente con el cloro regula el volumen, la presión osmótica, y la carga eléctrica del fluido extra-celular donde es el principal catión. Interviene en la contracción muscular, la conducción nerviosa, la absorción de algunos nutrimentos y en menor grado en la constitución de los huesos. Los alimentos contienen suficiente sodio por lo que no es necesario agregarlo. Por razones de gusto se añade sal, (cloruro de sodio) a los alimentos, pero su exceso puede constituir un riesgo para la salud.^{xxxix}[39]

VERDURAS Y FRUTAS

Las frutas se definen como el conjunto de frutos comestibles que se obtienen de plantas cultivadas o silvestres. Las frutas son los tejidos pulposos asociados a las semillas de las plantas o flores adecuadas para el consumo humano. En botánica es el ovario de la planta, por lo tanto el jitomate, el pepino y la calabaza, entre otras, pertenecerían a este grupo. Sin embargo, se prefiere definir a las frutas como alimentos obtenidos de las plantas que generalmente se consumen como postre, como colación entre comidas, o que acompañan el desayuno, en vez de ser el platillo principal de una comida.

Son una buena fuente de vitaminas y minerales, además de agua, ya que su composición es de entre 80 y 95% agua.

Las verduras se definen como plantas cultivables que generalmente producen hojas, tallos, bulbos, raíces y flores utilizadas como alimentos. Las hojas verdes incluyen la espinaca, acelga, col y lechuga. Los tallos incluyen el apio y el espárrago. La zanahoria y el nabo, entre otros, constituyen las raíces y bulbos. El brócoli, la calabaza, el jitomate, el chayote, la coliflor, entre otros, son flores. Finalmente, la cebolla y el ajo son ejemplos de bulbos. Los champiñones, setas y otros hongos también se clasificarían dentro del grupo de las verduras.^{xl}[40],^{xli}[41] A pesar de que las raíces y bulbos son considerados como verduras, desde el punto de vista botánico, para los fines de estos criterios, sólo se consideran las verduras con bajo contenido de almidón; es decir se excluyen tubérculos y bulbos con alto contenido de almidón como la papa, el camote y la yuca, debido a que las verduras con bajo contenido de almidón son las que tienen menor contenido de energía y que se han asociado con importantes beneficios para la salud.

Igualmente, se excluye de este grupo a los plátanos machos, por su alto contenido de almidones.

5. Referencias nacionales e internacionales

- i[1] Promoción de actividad física adecuada y alimentación saludable en el sistema educativo mexicano para la prevención de obesidad infantil. Reporte Final. Instituto Nacional de Salud Pública/Secretaría de Salud. 2009.
- ii[2] Documento técnico de recomendaciones para guías de alimentación en escuelas primarias públicas: Caracterización del ambiente escolar en escuelas primarias de estados de la República Mexicana y recomendaciones para un "refrigerio escolar saludable". Instituto Nacional de Salud Pública/Secretaría de Salud. 2010.
- iii[3] Casanueva E, Bourges H. "Los nutrimentos". En: Casanueva E, Kaufer-Horwitz M, Pérez-Lizaur AB, Arroyo P, eds. Nutriología médica. México: Editorial Médica Panamericana. 2001:442-464.
- iv[4] Secretaría de Salud. Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2005, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación. 2006.
- v[5] Nishida C, Uauy R, Kumanyika S, Shetty P. The Joint WHO/FAO Expert Consultation on diet, nutrition and the prevention of chronic diseases: process, product and policy implications. Public Health Nutr 2004; 7(1A): 245-250.
- vi[6] Determinants of weight gain, overweight, and obesity: World Cancer Research Fund / American Institute of Cancer Research. Food, nutrition, physical activity, and the prevention of cancer: a global perspective. Washington DC: AICR. 2007.
- vii[7] Hunter JE, Zhang J, Kris-Etherton PM. (2010): Cardiovascular disease risk of dietary stearic acid compared with trans, other saturated, and unsaturated fatty acids: a systematic review. Am J Clin Nutr 2010; 91:46-63.
- viii[8] Darnott-Hill I, Nishida C, James WP. : A life course approach to diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. Public Health Nutr 2004; 7(1A):101-121.
- ix[9] Reddy KS, Katan MB. Diet, nutrition and the prevention of hypertension and cardiovascular diseases. Public Health Nutr 2004; 7(1A): 167-186.
- x[10] Key TJ, Scharzkin A, Willet W, Allen N, Spencer EA, Travis RC. Diet, nutrition and the prevention of cancer. Public Health Nutr 2004; 7(1A): 187-200.
- xi[11] Steyn NP, Mann J, Bennett PH, Temple N, et al. Diet, nutrition and the prevention of type 2 diabetes. Public Health Nutr 2004; 7(1A): 147-165.
- xii[12] Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad. Secretaría de Salud. 2010
- xiii[13] Encuesta sobre expendio y consumo de alimentos en escuelas de educación básica 2010. Secretaría de Educación Pública, abril de 2010
- xiv[14] Valencia ME. "Capítulo 5. Energía." En: Bourges H, Casanueva E, Rosado JL, ed. Recomendaciones de ingestión de nutrimentos para la población mexicana. Tomo 2. México: Editorial Médica Panamericana. 2008.
- xv[15] Aburto N, Nava F, Bonvecchio A, Saldie M, Gonzalez- Casanova I, Gust T, Rivera J. (2009) Physical Activity during the school day in public primary schools in Mexico City. Salud Pública de México; 51:141-147
- xvi[16] Caballero C, Hernández B, Moreno H, Hernández-Girón C, Campero L, Cruz A. (2007) Obesidad, actividad física en adolescentes de Morelos. México: Un estudio longitudinal. Archivos Latinoamericanos de Nutrición; 57(3): 231-137
- xvii[17] Plazas M. Nutrición del Preescolar y el Escolar. En: Casanueva E, Kaufer-Horwitz M, Pérez-Lizaur AB, Arroyo P, eds. Nutriología médica. México: Editorial Médica Panamericana. 2001:53-84
- xviii[18] Nishida C, Uauy R, Kumanyika S, Shetty P. The Joint WHO/FAO Expert Consultation on diet, nutrition and the prevention of chronic diseases: process, product and policy implications. Public Health Nutr 2004; 7(1A): 245-250.
- xix[19] Determinants of weight gain, overweight, and obesity: World Cancer Research Fund / American Institute of Cancer Research. Food, nutrition, physical activity, and the prevention of cancer: a global perspective. Washington DC: AICR. 2007.
- xx[20] Panel of Macronutrients, Panel on the Definition of Dietary Fiber, Subcommittee on Upper Reference Levels of Nutrients, Subcommittee on Interpretation and Uses of Dietary Reference Intakes, and the Standing Committee on the Scientific Evaluation of Dietary Reference Intakes. Dietary Reference Intakes for energy, carbohydrate, fiber, fat, fatty acids, cholesterol, protein and amino acids.
- xxi[21] Secretaría de Salud. Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2005, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación. 2006. Institute of Medicine of the National Academies. 2005.
- xxii[22] Remig V, Franklin B, Margolis S, Kostas G, Nece T, Street JC. Trans fat in America: a review of their use, consumption, health implications and regulation. J Am Diet Assoc 2010; 110(4):585-92.
- xxiii[23] Bauer LR, Waldrop J. Trans fat intake in children: risks and recommendations. Pediatr Nurs 2009; 35(6):346-51.
- xxiv[24] Secretaría de Salud. Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2005, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación. 2006.
- xxv[25] Siri-Tarino PW, Sun Q, Hu FB, Krauss RM. Meta-analysis of prospective cohort studies evaluating the association of saturated fat with cardiovascular disease. Am J Clin Nutr 2010; 91(3):497-9.
- xxvi[26] Mozaffarian D, Micha R, Wallace S. Effects on coronary heart disease of increasing polyunsaturated fat in place of saturated fat: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. PLoS Med 2010; 7(3): e1000252.
- xxvii[27] Secretaría de Comercio y Fomento Industrial. Norma Oficial Mexicana NOM-051-SCFI-1994. Especificaciones generales de etiquetado para alimentos y bebidas no alcohólicas preenvasados.
- xxviii[28] Panel of Macronutrients, Panel on the Definition of Dietary Fiber, Subcommittee on Upper Reference Levels of Nutrients, Subcommittee on Interpretation and Uses of Dietary Reference Intakes, and the Standing Committee on the Scientific Evaluation of Dietary Reference Intakes. Dietary Reference Intakes for energy, carbohydrate, fiber, fat, fatty acids, cholesterol, protein and amino acids.
- xxix[29] Alvarez-Rivero JC, Bourges H, Casanueva E, Kaufer M, Morales de León J, Plazas M Vargas LA. Glosario de términos para la orientación alimentaria. Cuadernos de nutrición 2001; 24(1):7-43.
- xxx[30] Alvarez-Rivero JC, Bourges H, Casanueva E, Kaufer M, Morales de León J, Plazas M Vargas LA. Glosario de términos para la orientación alimentaria. Cuadernos de nutrición 2001; 24(1):7-43.
- xxxi[31] Secretaría de Salud. Norma Oficial Mexicana NOM-043-SSA2-2005, Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria. Criterios para brindar orientación. 2006.
- xxxii[32] Whole Grains Council. Definitions of whole grains. (Disponible en: <http://www.wholegrainscouncil.org/whole-grains-101/definition-of-whole-grains>)
- xxxiii[33] US Food and Drug Administration. FDA Provides Guidance on 'Whole Grain' for Manufacturers (Disponible en: <http://www.fda.gov/bbs/topics/news/2006/NEW01317.html>)
- xxxiv[34] Secretaría de Salud. Norma Oficial Mexicana NOM-147-SSA1-1996, bienes y servicios. Cereales y sus productos. Harinas de cereales, sémolas o semolinas. Alimentos a base de cereales, de semillas comestibles, harinas, sémolas o semolinas o sus mezclas. Productos de panificación. Disposiciones y especificaciones sanitarias y nutrimentales.
- xxxv[35] Latham MC. "Macronutrientes: carbohidratos, grasas y proteínas." En: FAO. Nutrición humana en el mundo en desarrollo. Roma: Colección FAO: Alimentación y nutrición, 2002:99-106.
- xxxvi[36] World Cancer Research Fund / American Institute for Cancer Research. Food, Nutrition, Physical Activity, and the Prevention of Cancer: a Global Perspective. Washington DC: AICR. 2007.
- xxxvii[37] Alvarez-Rivero JC, Bourges H, Casanueva E, Kaufer M, Morales de León J, Plazas M Vargas LA. Glosario de términos para la orientación alimentaria. Cuadernos de nutrición 2001; 24(1):7-43.
- xxxviii[38] Panel of Macronutrients, Panel on the Definition of Dietary Fiber, Subcommittee on Upper Reference Levels of Nutrients, Subcommittee on Interpretation and Uses of Dietary Reference Intakes, and the Standing Committee on the Scientific Evaluation of Dietary Reference Intakes. Dietary Reference Intakes for energy, carbohydrate, fiber, fat, fatty acids, cholesterol, protein and amino acids.
- xxxix[39] Alvarez-Rivero JC, Bourges H, Casanueva E, Kaufer M, Morales de León J, Plazas M Vargas LA. Glosario de términos para la orientación alimentaria. Cuadernos de nutrición 2001; 24(1):7-43.
- xl[40] Bender AE. "Fruits and vegetables". En: Caballero B, Allen L, Prentice A, eds. Encyclopedia of human nutrition. Oxford: Elsevier. 2005; vol II:356-360.
- xli[41] Ronzio R, ed. The encyclopedia of nutrition and good health. Nueva York: Facts on File, 2
- Otras referencias de apoyo
- Barquera S, Hernández-Barrera L, Campos I, and Flores M. [en prensa]. Nutrición y salud pública: el principio de la prevención. Competencias en Salud Pública. México: Secretaría de Salud, 2008a.
- Barquera S, Campos-Nonato I, Hernández B, Flores M, Durazo AR. [en prensa]. Obesity and central adiposity in Mexican adults: results from the Mexican National Health and Nutrition Survey 2006. Salud Pública Méx 2009;51 suppl 4:S595-S603.
- Barquera S, Hernández-Barrera L, Tolentino ML, Espinosa J, Ng SW, Rivera J, Popkin BM. Energy intake from beverages is increasing among Mexican adolescents and adults. Journal of Nutrition 2008;138(12):2454-2461.

Barquera S, Hotz C, Rivera-Dommarco J, Tolentino L, Espinoza J, Campos-Nonato I. The double burden of malnutrition. Case studies from six developing countries. Geneva: FAO, Food and Nutrition, 2006:164-198.

González CD, González-Cossío T, Barquera S, Rivera-Dommarco J. Alimentos industrializados en la dieta de los preescolares mexicanos. Salud Pública Méx 2007;49:345-356.

Key TJ, Schatzkin A, Willett WC, Allen NE, Spencer EA, Travis RC. Diet, nutrition and the prevention of cancer. Public Health Nutr 2004;7(1A):187-200.

Secretaría de Salud. Bases técnicas del Acuerdo Nacional para la Salud Alimentaria. Estrategia contra el sobrepeso y la obesidad. México: Secretaría de Salud, 2010.

Steyn NP, Mann J, Bennett PH, Temple N, Zimmet P, Tuomilehto J, Lindström J, Louheranta A. Diet, nutrition and the prevention of type 2 diabetes. Public Health Nutr 2004; 7(1A):147-165.

ANEXO 2

DR. GABRIEL JAIME O'SHEA CUEVAS, SECRETARIO DE SALUD, CON FUNDAMENTO EN LO DISPUESTO POR LOS ARTÍCULOS 3, 15, 19 FRACCIÓN III, 25, 26 FRACCIÓN I, II, XV Y XIX DE LA LEY ORGÁNICA DE LA ADMINISTRACIÓN PÚBLICA; 2.16 FRACCIÓN X DEL CÓDIGO ADMINISTRATIVO DEL ESTADO DE MÉXICO; Y

CONSIDERANDO

Que la Secretaría de Educación Pública y la Secretaría de Salud del Gobierno Federal emitieron el Acuerdo mediante el cual se establecen los Lineamientos Generales para el Expendio o Distribución de Alimentos y Bebidas en los Establecimientos de Consumo Escolar de los Planteles de Educación Básica, publicado en el Diario Oficial de la Federación el 23 de agosto de 2010.

Que en el Anexo Único de los Lineamientos se refieren criterios nutrimentales expresados en lenguaje técnico propio de disciplinas científicas que los hace poco accesibles al lenguaje común, y por ello es necesario aplicarlos en la indicación o listado de alimentos recomendables para su consumo en las comunidades escolares.

Que la Secretaría de Educación del Gobierno del Estado de México y el organismo público descentralizado Servicios Educativos Integrados al Estado de México, han solicitado a la Secretaría de Salud su apoyo para que emita un Listado Básico de alimentos y bebidas recomendables, para el consumo en los planteles de educación básica.

Por lo anterior se expide el siguiente:

ACUERDO POR EL QUE SE ESTABLECE EL LISTADO BÁSICO DE ALIMENTOS Y BEBIDAS PARA SU CONSUMO EN LOS PLANTELES DE EDUCACIÓN BÁSICA

ARTÍCULO PRIMERO. Las condiciones y el listado básico de alimentos y bebidas para su expendio en los planteles de educación básica de conformidad con los contenidos del Anexo Único del Acuerdo mediante el cual se establecen los Lineamientos Generales para el Expendio o Distribución de Alimentos y Bebidas en los Establecimientos de Consumo Escolar de los Planteles de Educación Básica, serán los siguientes:

CARACTERÍSTICAS EN LA PREPARACIÓN DE LOS ALIMENTOS

Los alimentos deberán ser libres de sal y azúcar añadida y se usarán granos enteros.

Se recomienda que las preparaciones se combinen con alimentos integrales (100%) como harina de trigo integral, tortilla de maíz e integral, arroz integral, maíz, avena, mijo, centeno, alimentos elaborados con cereales integrales, pan integral con uno o más de los siguientes alimentos:

- Productos de Origen Animal: atún envasado en agua, carne de cerdo (cortes sin grasa, pellejo o piel), carne de pavo o guajolote (muslo, pierna o pechuga sin piel), carne de res (bistec, molida, filete, etc. de preferencia cortes sin grasa), embutidos (jamón y salchicha de pavo o pollo), pollo (muslo, pierna o pechuga sin piel), queso (panela, fresco, requesón, cottage, ricotta), vísceras (hígado o corazón), claras de huevo o huevo entero.
- Leguminosas (sin grasa añadida): frijol en todas sus variedades, haba, lenteja, garbanzo y soya.

Nota: incorporar una o dos verduras en la preparación, con la mínima cantidad de aceite y sal, evitando consumir platillos fritos, capeados o empanizados.

VERDURAS Y FRUTAS

Verdura cruda y desinfectada, cocida o deshidratada

Acelga, apio, ajo, alcachofa
Betabel, berros, berenjena, brócoli
Calabaza, cebolla, col, cilantro, coliflor, colorín
Champiñón, chayote, chicharo, chilacayote, chile (diferentes variedades)

Ejote, elote, epazote, espárrago, espinaca
Germen (trigo, alfalfa, brócoli, lenteja, etc.)
Flor de calabaza
Hongos (setas y huitlacoche), huazontle,
Jitomate, jícama
Lechuga
Nabo, nopal
Pepino, pimienta morrón
Quelite, quintoniles
Rábano, romeritos
Tomate
Verdolaga
Zanahoria

Nota: Se podrán consumir todas las verduras propias de la región. Los tubérculos: papa, yuca y camote, no podrán ser expendidos por su alto contenido en almidón.

Fruta cruda y desinfectada, cocida o deshidratada

Arándano
Carambola, caña, capulín, cereza, ciruela, coco
Chabacano, chirimoya, chicozapote
Dátil, durazno
Granada, guanábana, guayaba
Higo
Jiricaya
Frambuesa, fresa
Kiwi
Lima, limón, lichis
Mamey, mandarina, maracuyá, mango, manzana, melón, membrillo, moras
Naranja, nanche
Papaya, pera, perón, piña, pitaya, plátano
Sandía
Tamarindo, tejocote, toronja, tuna
Uva
Zapote, zarambullo, zarzamora

Nota: Se podrán consumir todas las frutas propias de la región a excepción del plátano macho por su alto contenido en almidones. En el caso de fruta deshidratada su consumo se deberá limitar máximo a 4 piezas o 25 gramos.

BEBIDAS

En Educación Primaria: agua simple purificada sin azúcar ni edulcorantes.

En Educación Secundaria: agua simple purificada sin azúcar, bebidas con edulcorantes no calóricos en porciones de 250 ml o menos sin cafeína y taurina.

Nota: El agua purificada o embotellada sin sabor, se considera libre de energía y se podrá expender a libre acceso.

Alimentos Líquidos

Leche: semidescremada o descremada sin azúcar añadida.

Yogurt sólido y bebible: de frutas, natural Light (bajo en grasa), sin azúcar añadida.

Alimento lácteo fermentado

Jugos de frutas, verduras y néctares: 100% natural, sin azúcar añadida, se puede utilizar edulcorante sin calorías, por ejemplo: toronja, naranja, piña, papaya, mandarina, guayaba, uva, tuna, jitomate, apio, nopal, betabel, zanahoria, entre otros.

Alimentos líquidos de soya: leche de soya y sus derivados sin azúcar añadida.

BOTANAS

Las botanas deberán elaborarse con cereales de grano entero o a partir de harinas integrales sin sal. Las especias como mostaza, limón, etc. condimentos y picantes podrán ser adicionados para la preparación de los alimentos.

Ejemplo:

Oleaginosas: cacahuates, nueces, almendras, pistaches, semillas de girasol.

Leguminosas: habas secas, garbanzos secos.

Cereales: palomitas de maíz naturales (sin grasa).

GALLETAS, PASTELITOS, CONFITES Y POSTRES

Se recomienda preferentemente, que las preparaciones se elaboren con cereales de grano entero o elaborado a partir de harinas integrales y bajo contenido en azúcares y grasas, estas pueden ser: artesanales o caseras.

Alegria, amaranto

Barra de arroz, avena, granola, linaza, frutas y amaranto

Cereal integral, cuadritos de avena

Galleta de avena, integral, maría, salada integral, granola bajo en grasa

Harina integral, de maíz, de trigo, hojuelas de avena

Maíz blanco y palomero

Palomitas naturales, palanqueta

SUGERENCIAS PARA LA COMBINACIÓN Y CONSUMO DE ALIMENTOS Y BEBIDAS

De acuerdo al punto 3.2 del Anexo Único, se presenta el siguiente cuadro como referencia:

GRUPOS DE ALIMENTOS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
Verduras y frutas	✓	✓	✓	✓	✓
Agua natural	✓	✓	✓	✓	✓
Alimento preparado*	✓		✓		✓
Leche semidescremada o yogurt (sólido o bebible), alimento lácteo fermentado, jugo de fruta o verdura				✓	
Botanas		✓			
Galletas, pastelillos, confites y postres				✓	

* Ejemplos de alimento preparado:

- Sándwich de pollo con jitomate y lechuga
- Ensalada de verduras con pollo deshebrado
- Molletes con pico de gallo
- Quesadillas asadas
- Sándwich de queso panela con aguacate
- Torta de huevo con ejotes
- Sincronizadas de frijoles con queso panela
- Quesadillas de espinacas con queso panela
- Salpicón de pollo galletas habaneras
- Tacos suaves de guisado
- Tostadas de requesón

Nota: los alimentos preparados deberán cumplir con las características antes descritas, tomando en cuenta las buenas prácticas de higiene y sanidad establecidas en la normatividad sanitaria vigente.

ARTÍCULO SEGUNDO. De conformidad con las disposiciones de las Secretarías de Salud y de Educación Pública del Gobierno Federal, deberá consultarse la página de internet www.insp.mx/alimentos Escolares/alimentos_permitidos.php para conocer los alimentos y bebidas que se vayan incorporando a los permitidos en dicha página, así como para registrar aquellos que por su contenido cumplan con las especificaciones establecidas por las autoridades de salud y puedan ser recomendables para el consumo escolar.

ARTÍCULO TERCERO. Comuníquese el presente Acuerdo a la Secretaría de Educación y a Servicios Educativos Integrados al Estado de México.

Toluca de Lerdo, México, a los catorce días del mes de septiembre de dos mil diez.

DR. GABRIEL JAIME O'SHEA CUEVAS
SECRETARIO DE SALUD
(RÚBRICA)